

# طِبُّ الْمَعْصُومِينَ

الرَّسُولُ وَأَهْلُ بَيْتِهِ (ع)

الدُّرُكُوتُ لِمَنْ يَبْتَغِي بِضَائِعَ

مَا كَسْبَتْ فِيهِ الْعُلُومُ



مَوْسَمَةُ الْأَعْيُنِ لِلطَّبِيعَاتِ  
بيروت - لبنان

طالع عصروميت  
الزهور وأفضل بيته



# طَائِفَةُ الْمُعْصُومِينَ

الرَّسُولُ وَأَهْلُ بَيْتِهِ (ع)

تَأْلِيفُ  
الرَّكَتَوْبِيِّ بَيْتِ بْنِ  
مَا جَسْتَرَفِي الْعُلُومِ

شبكة كتب الشيعة

منشورات  
مؤسسة الأمامية للطبوعات  
بيروت - لبنان  
ص ٧١٢٠ :



shiabooks.net

رابطہ بدیل < mktba.net



جميع الحقوق محفوظة ومسجلة

الطبعة الثانية

١٤٢٤هـ - ٢٠٠٣م

مؤسسة الأعلمي للمطبوعات

Published by Alaalami Library  
Beirut- Lebanon po. Box 7120  
Tel - Fax: 450427  
E-mail: alaalami@yahoo.com.



بيروت - شارع المطار - قرب كلية الهندسة  
مفرق سنتر زعرور- ص ب : ١١/٧١٢٠  
هاتف: ٤٥٠٤٢٦ - فاكس: ٠١/٤٥٠٤٢٧

# بسم الله الرحمن الرحيم

## المقدمة

ساهم العرب في وضع أسس الطب القديم وبرعوا فيه، وكان النبي الأعظم ﷺ وأهل بيته عليه السلام من أكبر المضطلعين بهذا العلم، باعتبارهم كانوا أطباء الإنسان، من حيث طب الأبدان، ومن حيث طب الوجدان. وكان طب المعصومين عليه السلام يعتمد على أمرين: الطب الوقائي، والطب الدوائي.

ففي الطب الوقائي اعتمد عدة مبادئ أساسية، منها الاعتدال في كل شيء؛ سواء في تناول الطعام، أو الدواء، أو اللذات... فهى عن التخمّة والبطنة، ونهى عن تناول الدواء إلا عند الحاجة القصوى إليه، ونهى عن الأكل والنوم والجماع إلا عند وجود الرغبة والشهوة الداعية إليها... ومن ذلك قول الإمام علي عليه السلام لابنه الحسن عليه السلام: «يا بني، ألا أعلمك أربع خصال تستغني بها عن الطب؟ فقال: بلى يا أمير المؤمنين. قال: لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع، ولا تقم عن الطعام إلا وأنت تشتهي، وجود المضغ، وإذا نمت فاعرض نفسك على الخلاء. فإذا استعملت هذا استغثت عن الطب».

وأما في مجال الطب الدوائي فقد بين النبي ﷺ والأئمة عليه السلام خصائص كل طعام وشراب، وكيفية تناوله. وتطرقوا إلى مبادئ متطورة في تناول المواد، فبينوا المأكولات التي تتنافر مع بعضها في مفعولها، كما بينوا الأطعمة التي تتوافق مع بعضها وتتآزر في تأثيرها. من النوع الأول: السمك مع اللبن (أي الحليب) والسمك مع البيض، ومن النوع الثاني: الجبن مع الجوز، والرطب مع القثاء، والبطيخ مع الرطب.

وأما عن صحة الجسم. فقد كان اعتماد الطب القديم على عدة وسائل

طبية غرضها إعادة التوازن في نظام البدن، باعتبار أنه مؤلف من أربع طبائع هي: الدم، والبلغم، والمرة الصفراء، والمرة السوداء. فالمرض هو تغلب إحدى هذه الطبائع على الأخرى، فصحة الجسم تتوقف على معالجة العنصر الطاغى واعادته إلى طبيعته. ومن هنا قالوا: إن الطب هو سبع وسائل منها: الحجامة والحمام والنورة والحقنة والقيء والكي. كما اعتبروا بعض المواد الطبيعية مصدراً لصحة الجسم ونفي الأمراض عنه، ومن أهمها: العسل والحبة السوداء. وكل هذه العلوم التي رويت عن أهل بيت العصمة عليه السلام أيدتها فيما بعد الدراسات الطبية. وهي بالجملة صحيحة ومفيدة، ولا ينفي ذلك وجود الدخيل فيها بنسبة بسيطة. ومن العبث تركها وإهمالها بسبب ذلك، فما لا يدرك كله لا يترك جُلّه.

وإذا طالعنا طب أهل البيت عليه السلام نجد بعد النبي صلى الله عليه وآله أن أبرز الأئمة الذين اهتموا بالطب هم: الإمام علي عليه السلام، ثم الإمامين الباقر والصادق عليه السلام، ثم الإمام علي الرضا عليه السلام حيث ازدهر الطب في عصره، مما دعا المأمون إلى أن يطلب منه كتابة رسالة في الطب يجعلها دستوراً لحياته، فكتب له عليه السلام: الرسالة الذهبية. فحين قدّمها إلى المأمون وقرأها وأدرك قيمتها، قال: يجب أن تكتب بماء الذهب، فسميت بذلك. وقد كتبها الإمام عليه السلام في مدة أسبوع، وهي تحتوي على كل ما يحتاجه الإنسان في حياته من معلومات طبية، كما تحوي تفصيل المأكولات التي تؤكل في كل شهر من أشهر السنة، ما ينفع منها وما يضر، وهذا من أرقى مبادئ الطب، الذي يعتبر أن تأثير أية مادة على الجسم مرتبط بحالة الإنسان، من زمان ومكان ومدى استجابة جسمه لها. ففي كل شهر يحتاج الجسم إلى مأكولات معينة، وأهل المناطق الباردة يحتاجون إلى أطعمة قد تضر أهل المناطق الحارة، وكل دواء وطعام يختلف تأثيره على الإنسان، كلٌ حسب جسمه وما تعودته.

وقد اعتنى الإمام الرضا عليه السلام بالأدوية المركبة التي تسمى (أقرباذين) وبين كيفية عملها، وفيما ابتكر (الدواء الجامع) الذي ينفع بالمداداة لكثير من الأمراض. ونجد في الكتب وصف هذا الدواء، كما نجد دواء آخر منسوباً

للنبي ﷺ ويدعى الشافية .

وقد كان اهتمامنا في هذا الكتاب منصباً على الجوانب المادية من الطب، فلم نتطرق في دراستنا إلى الطب النفسي، وبالتالي لكل ما يتعلق بالأدعية والآيات القرآنية . بل تنحصر دراستنا في المواضيع التالية :

١ - جسم الإنسان وأعضائه .

٢ - النباتات والمواد الطبية .

٣ - الأمراض والأدوية .

وقد تم ترتيب المواد الطبية في الكتاب حسب الترتيب الهجائي، ولذلك سميت الكتاب: (التصنيف الموضوعي لطب أهل البيت) ﷺ، أو (طب المعصومين) .

ويتضمن الكتاب أكثر من ٢٢٠ مادة، وقد تم التعريف ببعض المواد الهامة قبل ذكر الروايات المتعلقة بها .

أما من جهة المصادر، فقد اعتمدت دراستنا على المراجع الأساسية في هذا الموضوع، وهي مثبتة في الصفحات التالية، وعددها في حدود ثلاثين مرجعاً ومصدراً .

هذا وقد اشترك في إنجاز هذا العمل الرائد ثلة من الشبان الواعين، الذين آمنوا بالعمل منهجاً وبالعلم رسالة وهدفاً، فأثبتوا أن العمل الجماعي يؤدي الثمار مضاعفة، وهم السادة: رأفت فياض وعباس اللحام وإبراهيم الزلزلة وعبدو الخضر ومحمد علي الساييس ومحمد زكي ديروان .

والله نسأل أن يوفقنا للحفاظ على تراثنا الثمين، والاستفادة من علوم الأئمة الطاهرين، والاهتداء بأنوار الهداة الميامين . إنه سميع مجيب .

دمشق في ١/١/١٩٩٣

لييب يعضون

## أسباب تعارض الأخبار:

إذا وجدنا بعض الأخبار المتعارضة، فلا يعني ذلك أنها غير صحيحة بالضرورة، فهناك بعض الأسباب للتعارض، نشير إلى بعضها فيما يلي: قال الصدوق في (اعتقاداته): إن الأخبار الواردة في الطب على وجوه:

منها: ما قيل على هواء مكة والمدينة، فلا يجوز استعماله في سائر الأهوية.

ومنها: ما أخبر به العالم (أي الإمام) على ما عَرَفَ من طبع السائل، ولم يتعدّ موضعه، إذ كان أعرفَ بطبعه منه.

ومنها: ما دلّسه المخالفون في الكتب لتفقيح صورة المذهب عند الناس.

ومنها: ما وقع فيه سهو من ناقله

ومنها: ما حُفِظَ بعضه ونسي بعضه. كما روي في الاستنجاء بالماء البارد لصاحب البواسير؛ فإن ذلك إن كان بواسيره من حرارة. وما ورد في الباذنجان من الشفاء، فإنه في وقت إدراك الرطب دون غيره من سائر الأوقات... الخ<sup>(١)</sup>.

وتكلم العلامة المجلسي في البحار عن سبب تعارض بعض الأحاديث مع بعضها، فقال: خطاب النبي ﷺ نوعان: عام لأهل الأرض، وخاص ببعضهم. فالأول كعامة خطابه، والثاني كقوله: لا تستقبلوا القبلة بغائط ولا بول ولا تستدبروها، ولكن شرفوا أو غزبوا، فهذا ليس بخطاب لأهل المشرق ولا المغرب ولا العراق، ولكن لأهل المدينة وما على سمتها كالشام وغيرها<sup>(٢)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩.

(٢) البحار، ج ٦٢، ص ٢٨.

## مصادر: طب أهل البيت عليه السلام

- القرآن الكريم.
- نهج البلاغة من كلام الإمام علي عليه السلام - جمع الشريف الرضي.
- مستدرک نهج البلاغة للسيد الهادي كاشف الغطاء، منشورات مكتبة الأندلس في بيروت.
- الفقه المنسوب للإمام الرضا عليه السلام والمشتهر بفقه الرضا، تحقيق مؤسسة آل البيت لأحياء التراث، طبع مشهد ١٩٨٦.
- صحيفة الإمام الرضا عليه السلام، تحقيق محمد مهدي نجف، مشهد ١٩٨٦.
- العقد الفريد لابن عبد ربه (ت٣٢٨هـ) تحقيق محمد سعيد العريان، المكتبة التجارية الكبرى، ط ٢ عام ١٩٥٣، ج ٧ من ص ٢٦٣ - ٢٧٢ وج ٨ من ص ١ - ٨٠.
- الطب النبوي لأبي العباس جعفر بن محمد المستغفري (ت٤٣٢هـ) كتيب طبع في قم.
- الطب النبوي للذهبي (ت٧٤٨هـ).
- الطب النبوي لشمس الدين محمد بن أبي بكر بن أيوب الزرعي الدمشقي المشهور بابن قيم الجوزية (ت٧٥١هـ) تحقيق عبد الغني عبد الخالق، مصر عام ١٩٥٧.
- الطب في القرآن لمحمود النسيمي من حلب، يرد على الكتاب السابق.

- الطب النبوي لمحمود النسيمي، ٣ أجزاء.
- عجائب المخلوقات وغرائب الموجودات لزكريا بن محمد القزويني (ت ٦٨٢هـ) بذيّل الجزء الثاني من حياة الحيوان الكبرى للدميمري، ط ٤ مكتبة مصطفى البابي الحلبي بمصر ١٩٧٠، فصل النبات ص ١٦٢ - ١٩٨.
- المحاسن لأبي جعفر أحمد بن محمد الكوفي البرقي (ت ٢٨٠هـ).
- قرب الأسناد لعبد الله بن جعفر بن الحسين بن مالك بن جامع الحميري (من رجال القرنين الثالث والرابع)، المطبعة الحيدرية بالنجف.
- طب الأنمة عليه السلام برواية عبد الله والحسين ابني بسطام النيسابوريين (القرن الرابع الهجري)، دار الكتاب الإسلامي في بيروت ١٣٨٥هـ.
- تحف العقول عن آل الرسول عليه السلام لابن شعبة الحراني من أعلام القرن الرابع الهجري، منشورات مؤسسة الأعلمي للمطبوعات ببيروت، ط ٥ عام ١٩٧٤.
- عيون أخبار الرضا عليه السلام للشيخ الصدوق، تحقيق السيد مهدي الحسيني - اللاجوردي.
- الخصال للشيخ الصدوق، مكتبة الصدوق، طهران ١٣٨٩هـ.
- علل الشرائع للشيخ الصدوق، المطبعة الحيدرية في النجف ١٩٦٦.
- كتاب القانون في الطب لابن سينا - عن طبعة رومية إيطاليا سنة ١٥٩٣م، شرح وترتيب جبران جبور، ط ٢ مكتبة المعارف ببيروت ١٩٨٠.
- مكارم الأخلاق لأبي نصر الحسن بن الفضل الطبرسي (ت ٥٤٨هـ) وهو ابن العلامة الطبرسي صاحب تفسير مجمع البيان، منشورات مؤسسة الأعلمي للمطبوعات، بيروت ط ٦ عام ١٩٧٢ من ص ١٣٤ - ١٩٥.
- سلوة الحزين المعروف بكتاب الدعوات لقطب الدين الراوندي (ت ٥٧٣هـ) نشر مدرسة الإمام المهدي عليه السلام بقم، ص ١٣٧ - ١٦٢.

- وسائل الشيعة إلى تحصيل مسائل الشريعة لمحمد بن الحسن الحر العاملي (ت ١١٠٤هـ)، تحقيق الشيخ عبد الرحيم الرباني الشيرازي، دار إحياء التراث العربي ببيروت، ج ١٦ من ص ٤٠٥ - ٥٤٣ وج ١٧ من ص ١ - ٢٢١.
- بحار الأنوار للعلامة محمد باقر المجلسي (ت ١١١١هـ)، دار الكتب الإسلامية بطهران، ج ٦٢.
- سفينة البحار للشيخ عباس القمي، المطبعة العلمية في النجف ١٣٥٥هـ طبع حجر.
- التحفة الرضوية في مجربات الإمامية لمحمد الرضي الرضوي الكشميري النجفي، ط ٣ طهران ١٩٨٢، من ص ٥٧ - ٨٠.
- رمز الصحة في طب النبي والأئمة عليهم السلام لمحمود الموسوي الده سرخي الأصفهاني، ط ٢ عام ١٩٨٣.
- طب الأئمة عليهم السلام للعلامة السيد عبد الله شبر، نشر دار الاعتصام بالكويت عام ١٩٩٠م.
- طب الإمام الصادق عليه السلام لمحمد الخليلي، نشر دار الكتاب الإسلامي ببيروت ١٩٧٩.
- مجموعة الآثار للإمام الرضا عليه السلام مجلدان، نشر المؤتمر العالمي الأول والثاني للإمام الرضا عليه السلام، مشهد عام ١٩٨٦ و ١٩٨٨، وفي آخر الجزء الأول الرسالة الذهبية للإمام الرضا عليه السلام تحقيق محمد مهدي نجف.
- منظومة الشيخ محمد حسين الأعمش في المأكل والمشرب، تصحيح مجمع البحوث الإسلامية، مشهد ١٤١٠هـ.
- الجامع لمفردات الأدوية والأغذية لعبد الله بن أحمد بن البيطار، طبع بولاق.



- تذكرة أولي الألباب والجامع للعجب العجائب، تأليف داود بن عمر الأنطاكي (ت ١٠٠٨هـ)، المكتبة الثقافية ببيروت.
- النباتات الطبية واستعمالاتها للدكتور محمد العودات وجورج لحام، الأهالي للطباعة والنشر بدمشق، ط ١ عام ١٩٨٧، جزءان.
- النباتات الطبية والعطرية والسامة في الوطن العربي، جامعة الدول العربية، المنظمة العربية للتنمية الزراعية، الخرطوم ١٩٨٨.
- التداوي بالأعشاب للدكتور أمين رويحة، دار القلم بيروت، ط ٤.
- مفردات النباتات الطبية، إعداد أحمد صالح دهيمش، طبع دمشق ١٩٩٨.

## من وحي القرآن الكريم

قال تعالى :

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ وَإِذْ قُلْتُمْ يَسْمُومُونَ لَنْ نَصْبِرَ عَلَىٰ طَعَامٍ وَاجِدٍ فَادْعُوا لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُثْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقِيلِهَا وَقَشَائِهَا وَفُوْهُمَا وَعَدَيْهَا وَيَصْلِيْهَا ۖ ﴾ <sup>(١)</sup>.

﴿ يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ مَعْبُودِينَ ۚ إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالْدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ بِهِ مِنْ يَغْيِرِ اللَّهُ فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ عَفُورٌ رَحِيمٌ ۖ ﴾ <sup>(٢)</sup>.

﴿ وَاسْأَلْنِيكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهَرْنَ ۚ ﴾ <sup>(٣)</sup>.

﴿ وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَدَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنْمِ الرِّصَاعَةَ ۖ ﴾ <sup>(٤)</sup>.

﴿ مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَتَتْ سَنَفًا فِي كُلِّ سُبُلَةٍ ۖ يَأْتِئُ حَبُّهُ وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ ۖ ﴾ <sup>(٥)</sup>.

(١) سورة البقرة، الآية : ٦١ .

(٢) سورة البقرة، الآيات: ١٧٢ ، ١٧٣ .

(٣) سورة البقرة، الآية : ٢٢٢ .

(٤) سورة البقرة، الآية : ٢٣٣ .

(٥) سورة البقرة، الآية : ٢٦١ .

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْفَنَاءُ وَالنَّبَاتُ وَالْأَصَابُ وَالْأَزْلَمُ يَجْمَعُ مِنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ (١).

﴿وَهُوَ الَّذِي أَنزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ نَبَاتٌ كُلُّ شَيْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا مَخْرُجًا وَمِنْهُ جَبًا مَذْرُوبًا وَمِنْ الْأَخْلَى مِنْ طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِيَةٌ وَجَنَّاتٌ مِنْ أَعْنَابٍ وَالزُّرْتُونَ وَالرُّثْمَانَ مُشْتَبِهًا وَهِيَ مُشْتَبِهَةٌ أَظْهَرُوا إِلَى نَسْرِهِ إِذَا نَسَرَّ وَتَوَعَّدَ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ﴾ (٢).

﴿يَبْقَى هَآدِمٌ خَذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾ (٣).

﴿فَلَمَّا سَمِعَتْ بِمَكْرِهِنَّ أَرْسَلَتْ إِلَيْهِنَّ وَأَعْتَدَتْ لهنَّ مِثْكَالَهُنَّ أَنتَ كُلِّ وَجْدَةٍ مِنْهُنَّ سِكِّينًا وَقَالَتِ اخْرُجْ عَلَيْهِنَّ﴾ (٤).

﴿قَالَ تَزْرَعُونَ سَبعَ سِنِينَ دَأَبًا فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُوهُ فِي سُنْبُلِهِ إِلاَّ قَلِيلًا مِمَّا تَأْكُلُونَ﴾ (٥).

﴿هُوَ الَّذِي أَنزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لَكُمْ مِنْهُ شَرَابٌ وَمِنْهُ شَجَرٌ فِيهِ ثَمَرَاتٌ \* يُبَيِّتُ لَكُمْ بِهِ الزُّرْعَ وَالزُّرْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (٦).

﴿وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا﴾ (٧).

﴿وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنْ اتَّخِذِي مِنَ اللَّبَالِ يُوتَا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ \* ثُمَّ كُلِي مِنْ الثَّمَرَاتِ فَأَسْلِكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذَٰلِكَ يَخْرُجُ مِنْ بَطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (٨).

(١) سورة المائدة، الآية: ٩٠.

(٢) سورة الأنعام، الآية: ٩٩.

(٣) سورة الأعراف، الآية: ٣١.

(٤) سورة يوسف، الآية: ٣١.

(٥) سورة يوسف، الآية: ٤٧.

(٦) سورة النحل، الآيتان: ١٠، ١١.

(٧) سورة النحل، الآية: ١٤.

(٨) سورة النحل، الآيتان: ٦٨، ٦٩.

\* ﴿وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾ (١).

\* ﴿وَنَزَّلْنَا مِنَ الْقُرْآنِ مَاءً مَوْسِيقًا وَرَحْمَةً لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (٢).

\* ﴿وَهَزَقْنَا إِلَيْكَ بِمِزْجِ الْخَلْقِ فَنُفِطَ عَلَيْكَ رَطْبًا جَنِينًا﴾ فِكُلِي وَأَشْرِي وَفَرَى عَيْنًا﴾ (٣).

\* ﴿وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً بِقَدَرٍ فَأَنشَرْنَا فِي الْأَرْضِ وَلَنَا عَلَى ذَلِكَ بِكُمْ لَقَدِيرُونَ﴾ فَاَنشَأْنَا لَكُمْ بِهِ جَنَّاتٍ مِنْ نَجِيلٍ وَأَعْنَبْ لَكُمْ فِيهَا فَوَاكِهُ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ﴾ وَشَجَرَةً تُخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالذَّهْنِ وَصَبِغٍ لِّلْأَكَلِينَ﴾ وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً تَسْجُدُ لَكُمْ فِي بُطُونِهَا وَلَكُمْ فِيهَا مَنَافِعُ كَثِيرَةٌ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ﴾ (٤).

\* ﴿اللَّهُ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ مِثْلُ نُورِهِ كَيْشْكُورٍ فِيهَا يَصْبِاحُ الْيَصْبَاحُ فِي زُجْجَةٍ الزُّجْجَةِ كَانَتْهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبْرَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ﴾ (٥).

\* ﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْيَلَّ لِيَّاسًا وَالتَّوَمَّ مَسْبَاكًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا﴾ (٦).

\* ﴿وَهُوَ الَّذِي مَرَجَ الْبَحْرَيْنِ هَذَا عَذْبٌ فُرَاتٌ وَهَذَا يَمِلُّ لُجَجًا وَجَعَلَ بَيْنَهُمَا بَرْزَخًا وَحِجْرًا مَحْجُورًا﴾ ﴿وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ مِنَ الْمَاءِ بَشَرًا فَجَعَلَهُ نَسَبًا وَصِهْرًا وَكَانَ رَبُّكَ قَدِيرًا﴾ (٧).

\* ﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ﴾ (٨).

\* ﴿فَبَدَّلْنَا بِالْعَرَاءِ وَهُوَ سَقِيمٌ﴾ وَأَلْبَسْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِنْ يَقْطِينٍ﴾ (٩).

(١) سورة النحل، الآية: ٧٨.

(٢) سورة الإسراء، الآية: ٨٢.

(٣) سورة مريم، الآيتان: ٢٥، ٢٦.

(٤) سورة المؤمنون، الآيات: ١٨ - ٢١.

(٥) سورة النور، الآية: ٣٥.

(٦) سورة الفرقان، الآية: ٤٧.

(٧) سورة الفرقان، الآيتان: ٥٣، ٥٤.

(٨) سورة الروم، الآية: ٥٤.

(٩) سورة الصافات، الآيتان: ١٤٥، ١٤٦.

- ﴿وَأَمَدَدْنَاهُمْ بِفِكَهَةٍ وَلَحْمٍ وَمَا يَشْتَهُونَ﴾ يَشْرَعُونَ فِيهَا كَأْسًا لَا لَغْوٌ فِيهَا وَلَا تَأْمِيمٌ<sup>(١)</sup>.
- ﴿وَالْأَرْضُ وَمَنْعَهَا لِلْأَنْسَارِ﴾ فِيهَا فِكْهَةٌ وَالنَّخْلُ ذَاتُ الْأَكْمَارِ وَالْحَبُّ ذُو الْعَصْفِ وَالرَّيْحَانُ<sup>(٢)</sup>.
- ﴿فِيهَا فِكْهَةٌ وَنَخْلٌ وَرِيبَانٌ﴾ فَبِأَيِّ آيَةٍ رَبِّكُمَا تُكْذِرَانِ<sup>(٣)</sup>.
- ﴿وَفِكْهَةٌ وَمَا يَشْتَهُونَ﴾ وَلَحْمٍ طَيْرٍ وَمَا يَشْتَهُونَ وَحُورٌ عِينٌ كَأَمْثَلِ الذُّلُوفِ الْمَكُونِ<sup>(٤)</sup>.
- ﴿وَأَحْصَى الْيَمِينَ مَا أَحْصَى الْيَمِينَ﴾ فِي سِدْرٍ مَخْضُودٍ وَطَلْحٍ مَّنْضُودٍ وَظِلِّ مَمْدُودٍ وَمَاوٍ مَّسْكُوبٍ وَفِكْهَةٌ كَثِيرَةٌ لَا مَقْطُوعَةٌ وَلَا مَمْنُوعَةٌ<sup>(٥)</sup>.
- ﴿فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ لِمَنِ طَعَامُهُ﴾ أَنَا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا وَعَبَا وَقَضَا وَزَرَعْنَا نَخْلًا وَحَدَّيْنِ ظِلًّا وَفِكْهَةً وَأَبَّا مَنَّمَا لَكُمُ لَا تُنْمِكُ<sup>(٦)</sup>.
- ﴿وَاللَّيْنِ وَالزَّيْتُونِ﴾ وَطُورِ سِينِينَ وَهَذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ<sup>(٧)</sup>.
- ﴿فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ﴾ خُلِقَ مِنْ مَّاءٍ دَافِقٍ يُخْرَجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَالتَّرَائِبِ<sup>(٨)</sup>.

(١) سورة الطور، الآيتان: ٢٢، ٢٣.

(٢) سورة الرحمن، الآيات: ١٠ - ١٢.

(٣) سورة الرحمن، الآيتان: ٦٨، ٦٩.

(٤) سورة الواقعة، الآيات: ٢٠ - ٢٣.

(٥) سورة الواقعة، الآيات: ٢٧ - ٣٣.

(٦) سورة عبس، الآيات: ٢٤ - ٣٢.

(٧) سورة التين، الآيات: ١ - ٣.

(٨) سورة الطارق، الآيات: ٥ - ٧.

## الطب في الإسلام

في (آيات الأحكام) للجزائري:  
حكى أن الرشيد كان له طبيب نصراني حاذق  
فقال ذات يوم لعلي بن الحسين بن واقد:  
ليس في كتابكم من علم الطب شيء!  
والعلم علمان: علم الأديان وعلم الأبدان!  
فقال له علي: قد جمع الله الطب كله في نصف  
آية من كتابه، وهو قوله تعالى:  
﴿كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾  
وجمعه نبينا ﷺ في قوله:  
«المعدة بيت الداء، والحمية رأس كل داء،  
وأعط كل بدن ما عودته»  
فقال الطبيب:  
ما ترك كتابكم ولا نبيكم لجالينوس طباً.

## الأوزان الطبية القديمة

غرام

٤٠٨ الرطل = ١٢ أوقية

٣٤ الأوقية = ٧ مثاقيل = ١٠ دراهم

٤,٨ المثقال = ٢٤ قيراطاً

٣,٤ الدرهم = ١٠/٧ مثقالاً

٠,٤ الدانق = قيراطان

٠,٢ القيراط العربي = ٤ حبات (قمح)

٠,٠٥ الحبة = ٢٠/١ من الغرام

المصدر: مجلة مجمع اللغة العربية بدمشق - المجلد ٦١ ج ١ ص ٣ -  
أوزان الأطباء ومكاييلهم بقلم الدكتور مختار هاشم.

## حرف الألف

### الأترج

تعريفه:

هو فاكهة تشبه البرتقال يقال لها: طرنج، وقد ورد ذكرها في القرآن باسم (المُتْكَا) في قوله تعالى في سورة يوسف عَلَيْهِ السَّلَام: ﴿فَلَمَّا سَمِعَتْ بِمَكْرِهِنَّ أَرْسَلَتْ إِلَيْهِنَّ وَأَعْتَدَتْ لَهُنَّ مُتْكَاً وَآتَتْ كُلَّ وَاحِدَةٍ مِّنْهُنَّ سِكِّينًا وَقَالَتِ اخْرُجْ عَلَيْهِنَّ فَلَمَّا رَأَيْنَهُ أَكْبَرْنَهُ وَقَطَّعْنَ أَيْدِيَهُنَّ وَقُلْنَ حَاشَ لِلَّهِ مَا هَذَا بَشَرًا إِنْ هَذَا إِلَّا مَلَكٌ كَرِيمٌ﴾<sup>(١)</sup>.

وفيه قال الشاعر:

كانكم شجر الأترج طاب معاً حملاً ونوراً وطاب العود والورق  
وسترد الروايات بأنه يؤكل قبل الطعام وبعده، ولكنه بعد الطعام أنفع.

الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «مثل المؤمن الذي يقرأ القرآن، كمثل الأترجة، طعمها طيب، وريحها طيب»<sup>(٢)</sup>.

(١) سورة يوسف، الآية: ٣١.

(٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية، ص ٢١٨.



- \* عن النبي ﷺ: «عليكم بالأنرج، فإنه ينير الفؤاد، ويزيد في الدماغ»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «كلوا الأنرج قبل الطعام وبعده، فإن آل محمد ﷺ يفعلون ذلك»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام: «إن الأنرج لثقل، فإذا أكل فإن الخبز اليابس يهضمه من المعدة [أي إذا أكل المرء الأنرج وتضايق من كثرتة فليأكل قطعة خبز يابسة]»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: أنه قال لأصحابه: «بأي شيء يأمركم أطباؤكم في الأنرج؟ قالوا يأمرونا به قبل الطعام. قال: ما من شيء أردى منه قبل الطعام، وما من شيء أنفع منه بعد الطعام. فعليكم بالمرتبى منه، فإن له رائحة في الجوف كرائحة المسك»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن إبراهيم بن عمر السمناني، قال: قلت لأبي عبد الله الصادق عليه السلام: إنهم يزعمون أن الأنرج على الريق أجود مما يكون. فقال عليه السلام: «إن كان قبل الطعام خير، فبعد الطعام خير وخير»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الجعفري عن الكاظم عليه السلام: قال: «أي شيء يأمركم به أطباؤكم في الأنرج؟» قلت: يأمرونا به قبل الطعام. قال: «لكني آمركم به بعد الطعام»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام: «إن رسول الله ﷺ كان يعجبه النظر إلى الأنرج الأخضر، والتفاح الأحمر»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) بحار الأنوار للمجلسي، ج ٦٢ ص ٢٩٧ عن طب النبي ﷺ.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٦ عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٣) وسائل الشيعة: للحرز العاملي، ج ١٧، ص ٢٠.

(٤) طب الأئمة: لابني بسطام النيسابوريين، ص ١٣٥.

(٥) الكافي: للعلامة الكليني...

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٦، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٦، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

## الإثمء (الكحل)

تعريفه:

هو حجر الكحل الأسود، يؤتى به من إصفهان. وأجوده السريع التفتيت، الذي لفئاته بصيص، وداخله أملس ليس فيه وسخ.

خواصه:

مزاجه بارد يابس.

فوائده:

ينفع العين ويقويها ويشء أعصابها ويحفظ صحتها، وينقي أوساخها ويجلوها، ويذهب الصءاع إذا اكتحل به مع العسل المائي الرقيق.

الروايات:

\* عن الصادق عليه السلام: «عليكم بالكحل فإنه يطيب الفم، وعليكم بالسواك فإنه يجلو البصر. قال، قلت: كيف هذا؟ قال: لأنه إذا استاك نزل البلغم فجلا البصر، وإذا اكتحل ذهب البلغم فطيب الفم»<sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «عليك بالإثمء، فإنه يجلو البصر، وينبت الأشعار، ويطيب النكهة، ويزيد في الباء»<sup>(٢)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ٤٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٤٦.

## الإجاص

### فوائد:

من الفواكه المعروفة، ويسمى في سورية ولبنان (إجاص). وتستعمل ثماره في الطب لمعالجة ارتفاع ضغط الدم في سن اليأس (٥٠ - ٦٠ سنة من العمر) أو نتيجة تصلب الشرايين أو مرض الكلى<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

- \* قال النبي ﷺ: «العناب يذهب بالحمى، والكمثرى يجلي القلب»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «الكمثرى يجلو القلب، ويسكن أوجاع الجوف، بإذن الله تعالى»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن جابر قال: شكا رجل إلى أبي جعفر الباقر عليه السلام مراراً (جمع مرة) هاجت به حتى كاد أن يعجن. فقال له عليه السلام: «سكّنه بالإجاص»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الأزرق بن سليمان، قال سألت أبا عبد الله الصادق عليه السلام عن الإجاص، فقال عليه السلام: «نافع للمرار، ويلين المفاصل. فلا تكثر منه فيعقبك رياحاً في مفاصلك»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «أول شيء أكله آدم حين هبط إلى الأرض الكمثرى»<sup>(٦)</sup>.

(١) التداوي بالأعشاب للدكتور أمين رويحة، ص ٢٦٠.

(٢) رمز الصحة للدهسرخي، ص ١٥.

(٣) مكارم الأخلاق للطبرسي، ص ١٧٥.

(٤) طب الأئمة: ص ١٣٦.

(٥) طب الأئمة: ص ١٣٦.

(٦) رمز الصحة للدهسرخي، ص ٢٤٨.

\* عن الصادق عليه السلام: «الكمثرى يدبغ المعدة (أي يلينها) ويقويها، وهو والسفرجل سواء، وهو على الشبع أنفع منه على الريق»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الإجاص على الريق، يسكن المرار، إلا أنه يهيج الرياح»<sup>(٢)</sup>.

\* عن زياد القندي، قال: دخلت على الرضا عليه السلام وبين يديه تور (إناء صغير) وفيه إجاص أسود في إبانة [أي في وقته]، فقال: «إنه هاجت بي حرارة، وأرى الإجاص يطفئ الحرارة، ويسكن الصفراء. وأن اليابس منه يمكن الدم، ويسلّ الداء الدوي [أي المستفحل] بإذن الله عز وجل»<sup>(٣)</sup>.

\* عنهم عليه السلام: «عليكم بالإجاص العتيق، فإن العتيق قد بقي نفعه وذهب ضرره؛ وكلوه مقشراً، فإنه نافع لكل مرار وحرارة ووهج يهيج منها»<sup>(٤)</sup>.

## الأذن

### راجع (السذاب)

\* قال النبي صلى الله عليه وآله وسلم: «السذاب جيد لوجع الأذن»<sup>(٥)</sup>.

\* دواء لوجع الأذن: يؤخذ كف سمسم غير مقشر، وكف خردل، يدق كل واحد على حدة، ثم يخلطان جميعاً، ويستخرج دهنهما ويجعل في قارورة، ويختم بخاتم حديد. فإذا أردت شيئاً منه فقطر منه في الأذن قطرتين، وشدها بقطنة ثلاثة أيام، فإنها تبرأ بإذن الله تعالى<sup>(٦)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٤.

(٢) طب الأئمة: ص ١٣٦.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٧، عن فروع الكافي.

(٤) طب الأئمة: ص ١٣٦.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ١٤٤، عن المحاسن.

(٦) طب الأئمة: ص ٢٢.

• شكوا رجل من الأولياء، إلى بعضهم عليه السلام وجع الأذن وأنه يسيل منها القيح والدم، فقال له: «خذ جبناً عتيقاً أعتق ما تقدر عليه، فدقه دقاً جيداً ناعماً، ثم اخلطه بلبن امرأة، وسخنه بنار لينة، ثم صب منه قطرات في الأذن التي يسيل منها الدم، فإنها تبرأ بإذن الله عز وجل»<sup>(١)</sup>.

• دواء للأذن إذا ضربت عليك (أي طنت): يؤخذ السذاب ويطبخ بزيت، ويقطر فيها قطرات، فإنه يسكن بإذن الله عز وجل<sup>(٢)</sup>.

## الأرز

• قال النبي ﷺ: «سيد طعام الدنيا والآخرة اللحم، ثم الأرز».

• عن الصادق عليه السلام: «نعم الطعام الأرز، وإننا لندخره لمرضانا».

• عن زرارة قال، قال أبو عبد الله عليه السلام: «نعم الطعام الأرز، يوسع الأمعاء، ويقطع البواسير، وإننا لنغبط أهل العراق بأكلهم الأرز والبُسر، فإنهما يوسعان الأمعاء ويقطعان البواسير»<sup>(٣)</sup>.

• عن يونس بن يعقوب قال: قال أبو عبد الله عليه السلام: «ما يأتينا من ناحيتكم شيء أحب إلي من الأرز والبنفسج، إني اشتكيت وجعي ذاك الشديد فألهمت أكل الرز، فأمرت به. ففسل فجفف ثم قلي وطحن، فجعل لي منه سفوف بزيت وطبيخ أتحساه، فذهب الله بذلك الوجع»<sup>(٤)</sup>.

• عن المفضل بن عمر، قال: دخلت على الصادق عليه السلام بالغداء وهو على المائدة، فقال: «تعال يا مفضل إلى الغداء، فقلت يا مولاي قد تغديت. فقال: ويحك فإنه أرز، فقلت: يا سيدي قد فعلت.

(١) طب الأئمة: ص ٧٢.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ١٤٥، عن طب الأئمة.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٥، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٥، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

فقال عليه السلام : تعال حتى أروي لك حديثاً. فدنوت منه فجلست، فقال عليه السلام : حدثني أبي عن آبائه، عن رسول الله ﷺ قال : أول حبة أقرت لله سبحانه بالوحدانية، ولي بالنبوة، ولأخي علي بالوصية، ولأمتي الموحدين بالجنة، الأرز.

ثم قال : ازدد أكلًا حتى أزيدك علماً، فازددت أكلًا، فقال عليه السلام : حدثني أبي عن آبائه عن النبي ﷺ قال : كل شيء أخرجت الأرض ففيه داء وشفاء، إلا الأرز فإنه شفاء لا داء فيه. ثم قال عليه السلام : ازدد أكلًا حتى أزيدك علماً، فازددت أكلًا، فقال : حدثني أبي عن آبائه عن النبي ﷺ أنه قال : لو كان الأرز رجلاً لكان حليماً. ثم قال عليه السلام : ازدد أكلًا حتى أزيدك علماً، فازددت أكلًا، فقال عليه السلام : حدثني أبي عن آبائه عن النبي ﷺ أنه قال : الأرز يشبع الجائع ويمرئ الشبعان<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «نعم الدواء الأرز، بارد صحيح، سليم من كل داء»<sup>(٢)</sup>.

## (خبز) الأرز

\* عن الصادق عليه السلام : «أطعموا المبطون خبز الأرز، فما دخل جوف المسلول (وفي رواية: المبطون) شيء أنفع منه، أما إنه يدبغ المعدة، ويسلّ الداء سلاً»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «ما من شيء يبقى في الجوف من غدوة إلى الليل، إلا خبز الأرز»<sup>(٤)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٦، ص ٢٦١.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٥٥.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥، عن فروع الكافي: ج ٦، ص ٣٠٥.

\* عن الرضا عليه السلام : «ما دخل جوف المسلول شيء أنفع من خبز الأرز»<sup>(١)</sup>.

## الإسهال

\* عن ابن كثير قال: انطلق بطني، فأمرني الإمام الصادق عليه السلام أن آخذ السويق الجاورس [وهو الدخن، ومن صفاته أنه شديد القبض] بماء الكمون. ففعلت فأمسك بطني وعوفيت<sup>(٢)</sup>.

## الإشنان

تعريفه:

شجرة من الفصيلة الرمرامية، ينبت في الأرض الرملية.

فوائده:

يستعمل هو أو رماده في غسل الثياب أو الأيدي<sup>(٣)</sup>.

وقد ذكر لي أحدهم أن امرأة في بلدة الرحبية شربت من الإشنان لتجهض، فأسقطت ما في بطنها. ولعل هذا مما تضمنته الرواية التالية حيث قالت: «ويفسد ماء الظهر». فالإشنان يفسد ماء الرجل وماء المرأة على حد سواء، ويفسد الحمل.

الروايات:

\* عن الصادق عليه السلام : «أكل الإشنان يوهن الركبتين ويفسد ماء الظهر»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧ ص ١٠١، عن فروع الكافي.

(٣) المعجم الوسيط.

(٤) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٦٣.

## فصل في (الأكل):

### الاعتدال في الطعام (وفي كل شيء)

\* قال بعض الحكماء: لا ينبغي للعاقل أن يخلي نفسه من ثلاث في غير إفراط: الأكل والمشى والجماع. فأما الأكل فإن الأمعاء تضيق لتركه. وأما المشى فإن من لم يتعاهده أوشك أن يطلبه فلا يجده. وأما الجماع فإنه كالبنثر، إن نزحت جمت [أي كثر ماؤها] وإن تركت تخثر ماؤها [أي صار غليظاً]. وحق هذا كله القصد فيه<sup>(١)</sup>.

\* وصايا صحية: قال ابن سينا (وقيل أبو المؤيد الجزري):

اسمع جميع وصيتي واعمل بها	فالطب مجموع بنظم كلامي
أقلل جماعك ما استطعت فإنه	ماء الحياة تصب في الأرحام
واجعل غذاءك كل يوم مرة	واحذر طعاماً قبل هضم طعام
لا تحقر المرض اليسير فإنه	كالنار تصبح وهي ذا ضرام

\* عن عيسى بن مريم عليه السلام أنه قام خطيباً فقال: «يا بني إسرائيل، لا تأكلوا حتى تجوعوا، وإذا جعتم فكلوا ولا تشبعوا، فإنكم إذا شبعتم غلظت رقابكم وسمنت جنوبكم، ونسيتم ربكم»<sup>(٢)</sup>.

\* قال النبي ﷺ: «لا تأكل ما قد عرفت مضرته، ولا تؤثر هواك على راحة بدنك، والحمية هي الاقتصاد في كل شيء، وأصل الطب الأزم وهو ضبط الشفتين والرفق باليدين. والداء الدوي إدخال الطعام على الطعام. واجتنب

(١) العقد الفريد لأبي عمر أحمد بن محمد بن عبد ربه الأندلسي ت ٣٢٨هـ، تحقيق محمد سعيد العريان، المكتبة التجارية الكبرى، ط ٢، عام ١٩٥٣ ج ٧ ص ٢٦٣.

(٢) وسائل الشيعة ج ١٦، ص ٤١٠.



الدواء ما لزمتك الصحة، فإذا أحسست بحركة الداء فأحرقه بما يردعه قبل استعجاله»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «نحن قوم لا نأكل حتى نجوع، وإذا أكلنا لا نشبع» [أي نقوم عن الطعام قبل أن نشبع].

\* عن النبي ﷺ: «اشربوا واكلوا في أنصاف البطون، فإنه جزء من النبوة»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه، بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه، فإن كان لا بد فاعلاً: فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «من شبع عوقب في الحال ثلاث عقوبات: يلقي الغطاء على قلبه، والنعاس في عينه، والكسل على بدنه»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «كثرة الطعام تميت القلب، كما تميت كثرة الماء الزرع»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «من أكل الطعام على النقاء، وأجاد الطعام تمضغاً، وترك الطعام وهو يشتهي، ولم يحبس الغائط إذا أتى، لم يمرض إلا مرض الموت»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «لا تطلب الحياة لتأكل، بل اطلب الأكل لتحيّا»<sup>(٧)</sup>.

\* قال الأصمغ بن نباتة: سمعت أمير المؤمنين عليه السلام يقول لابنه الحسن عليه السلام: «يا بني ألا أعلمك أربع كلمات تستغني بها عن الطب؟ فقال: بلى يا أمير المؤمنين، قال عليه السلام: لا تجلس على الطعام إلا وأنت

(١) البحار: ج ٥٩، ص ٢٦٩.

(٢) جامع السماعات للنراقي: ج ٢، ص ٧.

(٣) الطب النبوي: لابن قيم الجوزية ص ١٢.

(٤) الحكمة: ٦٧٤، حديد.

(٥) الحكمة: ٧٢٣، حديد.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٤٦.

(٧) الحكمة: ٨٢٤، حديد.

جائع، ولا تقم عنه إلا وأنت تشتهي، وجود المضغ، واعرض نفسك على الخلاء إذا نمت؛ فإذا استعملت هذه استغنيت عن الطب»<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «لا ترفع يدك من الطعام إلا وأنت تشتهي، فإذا فعلت ذلك فأنت تستمره [أي يسهل عليك هضمه]»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «يضر الناس أنفسهم في ثلاثة أشياء: الإفراط في الأكل اتكالاً على الصحة، وتكلف حمل ما لا يطاق اتكالاً على القوة، والتفريط في العمل اتكالاً على القدرة»<sup>(٣)</sup>.

\* وعنه عليه السلام: «من أراد البقاء ولا بقاء؛ فليأكل الغذاء، وليؤخر العشاء (وفي رواية: ويجيد الحذاء)، وليقل غشيان النساء، وليخفف الرداء قيل: وما خفة الرداء؟ قال: الدّين»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام: «من أراد أن لا يضره الطعام، لا يأكل طعاماً حتى يجوع وتنقى معدته؛ فإذا أكل فليسم الله، وليجد المضغ، وليكف عن الطعام وهو يشتهي ويحتاج إليه»<sup>(٥)</sup>.

\* روي أن طبيباً نصرانياً دخل على مولانا الصادق عليه السلام فقال له: يا بن رسول الله أفي كتاب ربكم أم في سنة نبيكم شيء من الطيب «الطب»؟ فقال: نعم. أما كتاب ربنا فقله تعالى: ﴿وَكُلُوا وَشَرِبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾، وأما سنة نبينا فقال عليه السلام: «الحمية من الأكل رأس كل دواء، والإسراف في الأكل رأس كل داء». فقام النصراني وهو يقول: والله ما ترك كتاب ربكم ولا سنة نبيكم شيئاً من الطب لجالينوس»<sup>(٦)</sup>.

\* وحكي أن الرشيد كان له طبيب نصراني حاذق. فقال ذات يوم لعلي بن

(١) الخصال للصدوق: ج ١ ص ٢٢٩.

(٢) البحار: ج ٧٧ ص ٢٦٨.

(٣) الحكمة: ٧٠ حديث.

(٤) البحار: ج ٥٩، ص ٢٦٧، عن الدعوات لقطب الدين الراوندي.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٤٠، عن طب الأئمة.

(٦) الأنوار النعمانية لنعمة الله الجزائري، مؤسسة الأعلمي، ج ٤، ص ١٦٣.

الحسين بن واقد: ليس في كتابكم من علم الطب شيء، والعلم علمان: علم الأديان وعلم الأبدان؟ فقال له علي: قد جمع الله الطب كله في نصف آية من كتابه، وهو قوله تعالى: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾، وجمعه نبينا ﷺ في قوله: «المعدة بيت الداء، والحمية رأس كل دواء، وأعط كل بدن ما عودته». فقال الطبيب: ما ترك كتابكم ولا نبيكم لجالينوس طباً<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ليس بدّ لابن آدم من أكلة يقيم بها صلبه، فإذا أكل أحدكم طعاماً، فيجعل ثلث بطنه للطعام، وثلث بطنه للشراب، وثلث بطنه للنفس. ولا تسمنوا تسمن الخنازير للذبح»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لو اقتصد الناس في المطعم، لاستقامت أبدانهم»<sup>(٣)</sup>.  
 \* قال الكاظم عليه السلام ينصح بالتقليل من تناول الدواء: «ليس من دواء إلا وهو يهيج داء، وليس في البدن أنفع من إمساك اليد [أي التقدير في الطعام]، إلا عما يحتاج إليه»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «ليس شيء أبغض على الله عز وجل من بطن ملانة»<sup>(٥)</sup>.  
 \* قال الرضا عليه السلام للمأمون في الرسالة المذهبة: «ومن أخذ من الطعام زيادة لم ينفعه وضره، ومن أخذ بقدر لا زيادة عليه ولا نقص في غذائه، نفعه. وكذلك الماء فسيله أن تأخذ من الطعام كفايتك في إياته (أيامه)، وارفع يديك منه وبك إليه بعض القرم [أي شهوة الطعام]، وعندك إليه ميل، فإنه أصلح لمعدتك وبدنك، وأزكى لعقلك، وأخف لجسمك»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «لا تخلو جوفك من طعام، وأقل من شرب الماء، ولا

(١) آيات الأحكام للجزائري.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٠٦، عن المحاسن للبرقي.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٦.

(٤) روضة الكافي للكليني: ص ٢٧٣.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٤.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٣١١.

تجامع إلا من شَبَق، ونعم البقلة السلق»<sup>(١)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «عشاء الأنبياء بعد العتمة، فلا تدعوا العشاء، فإن تركه يخرَّب البدن»<sup>(٢)</sup>.

## (آداب الأكل) (والمائدة)<sup>(٣)</sup>

• قال النبي ﷺ : «من وجد لقمة ملقاة فمسح منها ما مسح، وغسل منها ما غسل، لم تستقر في جوفه حتى يعتقه الله من النار»<sup>(٤)</sup>.

• عن النبي ﷺ قال : «يا علي إن الوضوء قبل الطعام وبعده، شفاء في الجسد، ويُمن في الرزق»<sup>(٥)</sup>.

• عن النبي ﷺ : «الأكل في السوق دناءة»<sup>(٦)</sup>.

• عن النبي ﷺ : «البركة في وسط الطعام، فكلوا من حافاته، ولا تأكلوا من وسطه»<sup>(٧)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «غسل اليدين قبل الطعام وبعده، زيادة في الرزق، ويجلو البصر، ويذهبان الفقر»<sup>(٨)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «من غسل يده قبل الطعام وبعده، بورك له في أول الطعام وآخره، وعاش ما عاش في سعة، وعوفي من بلوى في جسده»<sup>(٩)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٨١.

(٢) تحف العقول: ص ٧٨.

(٣) المائدة: ما يوضع عليه الطعام، وتسمى الخوان أو السفرة.

(٤) البحار: ج ٦٦، ص ٤٣١.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٧٢.

(٦) مكارم الأخلاق، ص ١٤٩.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩١.

(٨) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٦١٢.

(٩) البحار: ج ٦٦، ص ٣٦٤.

• عن الحسن عليه السلام : «في المائدة اثنتا عشرة خصلة يجب على كل مسلم أن يعرفها: أربع منها فرض، وأربع منها سنة، وأربع تأديب... وأما التأديب: فالأكل مما يليك، وتصغير اللقمة، والمضغ الشديد، وقلة النظر في وجوه الناس»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «لا تأكل وأنت ماش، إلا أن تضطر إلى ذلك»<sup>(٢)</sup>.

• عن عمر بن أبي شعبة قال: ما رأيت أبا عبد الله عليه السلام يأكل متكئاً. ثم ذكر رسول الله ﷺ فقال: ما أكل متكئاً حتى مات<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «لا تأكل متكئاً، وإن كنت منبطحاً هو شر من الاتكاء»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «أطيلوا الجلوس على الموائد، فإنها ساعة لا تحسب من أعماركم»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «إذا أكلت فاستلق على قفاك وضع رجلك اليمنى على اليسرى»<sup>(٦)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبة للمأمون: «ابدأ في أول الطعام بأخف الأغذية التي يغتذي بها بدنك، بقدر عادتك، وبحسب طاقتك ونشاطك وزمانك»<sup>(٧)</sup>.

\*\*\*

- 
- (١) مكارم الأخلاق: ص ١٤١، عن كتاب من لا يحضره الفقيه.  
 (٢) البحار: ج ٦٦، ص ٣٨٨، عن العيون والمحاسن، ج ٢، ص ٤٥٩.  
 (٣) مكارم الأخلاق: ص ١٤٦.  
 (٤) البحار: ج ٦٢، ص ٣٨٨.  
 (٥) مكارم الأخلاق: ص ١٤١.  
 (٦) مكارم الأخلاق: ص ١٤٧.  
 (٧) البحار: ج ٦٢، ص ٣١١.

## التسمية قبل الطعام

- \* قال النبي ﷺ: «سمّوا إذا أكلتم، واحمدوا إذا فرغتم»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «زينوا موائدكم بالقل، فإنها مطردة للشيطان مع التسمية»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام قال: «ما أتخمت قط. فقل له: ولم؟ قال: ما رفعت لقمة إلى فمي إلا ذكرت اسم الله عليها»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «يا كميل، إذا أكلت الطعام فسّم باسم الذي لا يضر مع اسمه داء، وفيه شفاء من كل الأسواء»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «ضمنت لمن يسمي على طعامه أن لا يشتكي منه».
- فقال له ابن الكوا: يا أمير المؤمنين، لقد أكلت البارحة طعاماً فسميت عليه وآذاني. فقال عليه السلام: «لعلك أكلت ألواناً، فسميت على بعضها ولم تسم على بعض، يا لكع» (أي يا أحمق)<sup>(٥)</sup>.
- (وفي رواية): فضحك الرجل وقال: صدقت يا أمير المؤمنين.
- فقال عليه السلام: «فإنما ذاك لما لم تسم عليه يا لكع»<sup>(٦)</sup>.

\*\*\*

- 
- (١) العقد الفريد: ج ٨، ص ٨.
  - (٢) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.
  - (٣) سفينة البحار: ج ١، ص ٢٥.
  - (٤) تحف العقول لأبن شعبة الحراني.
  - (٥) المستدرک: ص ١٧٠.
  - (٦) طب الأئمة: ص ٦٠.

## أكل نشارة المائدة

• رأى النبي ﷺ أبا أيوب الأنصاري (رض) يلتقط نثار المائدة، فقال ﷺ: «بورك لك، وبورك عليك، وبورك فيك...» ثم قال: من فعل هذا، وقاه الله من الجنون والجذام والبرص والماء الأصفر والحمق»<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ قال لعلي عليه السلام: «وكل ما وقع تحت مائدتك، فإنه ينفي عنك الفقر، وهو مهوور الحور العين، ومن أكله حُشي قلبه علماً وحلماً وإيماناً ونوراً»<sup>(٢)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «أكرموا الخبز، فإن الله سخر له السماوات والأرض، وكلوا سَقَطَ المائدة»<sup>(٣)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «من أكل ما يسقط من المائدة عاش ما عاش في سعة من رزقه، وعوفي في ولده وولد ولده من الحرام (وفي رواية: من الجذام)»<sup>(٤)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «كل ما يسقط من الخوان، فانه شفاء من كل داء لمن أراد أن يستشفى به»<sup>(٥)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «أكل ما يسقط من الخوان، يزيد في الرزق»<sup>(٦)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «كلوا ما يسقط من الخوان، فإنه شفاء من كل داء،

(١) البحار: ج ٦٦، ص ٤٣١، ومكارم الأخلاق للطبرسي ص ١٤٥.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٤٣١.

(٣) المعتمد الفريد، ج ٨، ص ٤.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٢، عن الفردوس.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٤٦.

(٦) طب الأئمة لشنير: ص ١٤٧، عن البحار.

وروي أنه ينفي الفقر، ويكثر الولد، ويذهب بذات الجنب»<sup>(١)</sup>.

\* عن عبد الله بن صالح الخثعمي، قال: شكوت إلى أبي عبد الله عليه السلام وجع الخاصرة، فقال: «عليك بما يسقط من الخوان، فكله». قال: ففعلت فذهب عني<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «الذي يسقط من المائدة من مهور الحور العين، فكلوه»<sup>(٣)</sup>.

## قلة الأكل

\* سئل حكيم: بما تدرك الحكمة؟ فقال: بقلة الأكل.

وسئل عابد: ما وجه العبادة؟ قال: قلة الأكل.

وسئل زاهد: بما ينال الزهد؟ قال: بقلة الأكل.

وسئل عالم: بما يدرك العلم؟ قال: بقلة الأكل.

وسئل بعض الملوك: بما ينال الملك الأدب؟ قال: بقلة الأكل.

وسئل بعض الأطباء: بما تنال الصحة؟ قال: بقلة الأكل.

\* وقال لقمان لابنه: يا بني! الشبع يمنعك من نظر الاعتبار، ويمنع لسانك عن الحكمة، ويثقلك عن العبادة<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «البسوا واكلوا واشربوا في أنصاف البطون، فإنه جزء من النبوة»<sup>(٥)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٠.

(٢) الكافي: ج ٦، ص ٣٠٠.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٠.

(٤) آداب النفس للسيد محمد العيناثي: ج ١، ص ١٨٩.

(٥) تنبيه الخواطر: ص ٨١.



\* عن النبي ﷺ : «من قلّ طعامه صحّ (بدنه) وصفا قلبه، ومن كثر طعامه سقم بطنه (بدنه) وقسا قلبه»<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «من قل طعامه قل آلامه»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «أقلل طعاماً، تقلل سقاماً»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «إذا أراد الله سبحانه صلاح عبده، ألهمه قلة الكلام، وقلة الطعام، وقلة المنام»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «قلة الغذاء أكرم للنفس وأدوم للصحة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «من اقتصد في أكله، كثرت صحته وصلحت فكرته»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «من قلّ أكله صفا فكره»<sup>(٧)</sup>.

\* أبو طالب محمد بن علي بن عطية المكي الواعظ، صاحب (قوت القلوب) في التصوف، حكى أنه كان يستعمل الرياضة الروحية كثيراً، حتى قيل إنه هجر الطعام، واقتصر على أكل الحشائش، فكان طعامه عروق البُردي. قيل فاخضر جلده من كثرة تناولها<sup>(٨)</sup>.

أقول: كما روي عن موسى عليه السلام أنه اخضر صفاق بطنه من كثرة ما كان يأكل من بقول الأرض.

---

(١) تنبيه الخواطر: ص ٣٨، و ص ٥٦.

(٢) غرر الحكم للآمدني.

(٣) غرر الحكم للآمدني.

(٤) مستدرك الوسائل: ج ٣، ص ٦١.

(٥) غرر الحكم للآمدني.

(٦) غرر الحكم للآمدني.

(٧) غرر الحكم للآمدني.

(٨) الكنى والألقاب للشيخ عباس القمي: ج ١، ص ١١١.

عن الصادق عليه السلام : «ما كان شيء أحب إلى رسول الله ﷺ من أن يظل جائعاً خائفاً في الله»<sup>(١)</sup>.

## كثرة الأكل (البطنة والتخمة)

\* راجع (الطعام).

\* قالوا: البطنة تذهب الفطنة<sup>(٢)</sup>.

\* قال لقمان لابنه: إذا امتلأت المعدة نامت الفكرة، وخرست الحكمة، وقعدت الأعضاء عن العبادة<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «من تعود كثرة الطعام والشراب، قسا قلبه»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «إياكم وفضول المطعم، فإنه يسمّ القلب بالفضلة، ويبطئ بالجوارح عن الطاعة، ويصمّ الهمم عن سماع الموعظة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «القلب يتحمل الحكمة عند خلو البطن، القلب يمج الحكمة عند امتلاء البطن»<sup>(٦)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «من قل طعامه، صح بدنه وصفا قلبه، ومن كثر طعامه سقم بدنه وقسا قلبه»<sup>(٧)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «لا تميتوا القلوب بكثرة الطعام والشراب، فإن القلوب تموت كالزرع إذا كثرت عليه الماء»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٠٨.

(٢) المقصد الفريد: ج ٨، ص ٩.

(٣) جامع السعادات للتراقي: ج ٢، ص ٥.

(٤) رمز الصحة: ص ٩.

(٥) البحار: ج ٧٢، ص ٩٩.

(٦) تنبيه الخواطر: ج ٢، ص ١١٨.

(٧) البحار: ج ٥٩، ص ٢٦٨.

(٨) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ١٥٠.

\* عن النبي ﷺ : «ما ملأ آدمي وعاء شراً من بطنه . بحسب ابن آدم لقيمات يقمن صلبه، فإن كان ولا بد فاعلاً: فثلث لطعامه، وثلث لشرابه، وثلث لنفسه»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «ياكم والبطنة، فإنها مفسدة للبدن ومورثة للسقم ومكسلة عن العبادة»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «خمس خصال تورث البرص: ... والأكل على الشبع»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «لا صحة مع النهم...»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «كثرة الأكل والنوم، يفسدان النفس، ويجلبان المضرة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «من كثر أكله، قلت صحته، وثقلت على نفسه مؤنته»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «ياك والبطنة، فمن لزمها كثرت أسقامه»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «إذا ملأ البطن من المباح، عمي القلب عن الصلاح»<sup>(٨)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «إدمان الشبع، يورث أنواع الوجع»<sup>(٩)</sup>.

---

(١) الطب النبوي لابن قيم الجوزية ص ١٢، عن مسند أحمد بن حنبل، صحيح الترمذي، وابن ماجه والحاكم وابن حبان.

(٢) البحار: ج ٥٩، ص ٢٦٦.

(٣) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٧٠.

(٤) البحار: ج ٥٩، ص ٢٦٨.

(٥) مستدرك الوسائل: ج ٣، ص ٨١.

(٦) مستدرك الوسائل: ج ٣، ص ٨١.

(٧) غرر الحكم للآمدي.

(٨) غرر الحكم للآمدي.

(٩) غرر الحكم للآمدي.

• عن الإمام علي عليه السلام : «إياك وإدمان الشبع، فإنه يهيج الأسقام ويشير العلل»<sup>(١)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «لا فطنة مع بطنة»<sup>(٢)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «كم من أكلة منعت أكالات»<sup>(٣)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «فما خلقت ليشغلني أكل الطيبات، كالبيهمة المربوطة همتها علفها، أو المرسله شغلها تقمّمها [أي التقاطها القمامة]، تكثر من أعلافها، وتلهو عما يراد بها...»

وكانني بقائلكم يقول: إذا كان هذا قوت ابن أبي طالب، فقد قعد به الضعف عن قتال الأقران، ومنازلة الشجعان. ألا وإن الشجرة البرية أصلب عوداً، والروائع الخضرة أرق جلوداً، والنباتات البدوية أقوى وقوداً وأبطأ خموداً<sup>(٤)</sup>.

• عن الباقر عليه السلام : «إذا شبع البطن طغى»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «الأكل على الشبع، يورث البرص»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «إن الله يبغض كثرة الأكل»<sup>(٧)</sup>.

• عن الحارث بن المغيرة، قال: شكوت إلى الإمام الصادق عليه السلام ثقلاً أجده في فؤادي، وكثرة التخمة من طعامي، فقال: «تناول من هذا الرمان الحلو وكله بشحمه، فإنه يديغ المعدة دبغاً، ويشفي التخمة، ويهضم الطعام، ويستريح في الجوف»<sup>(٨)</sup>.

(١) مستدرک الوسائل، ج ٣، ص ٨٢.

(٢) غرر الحكم للآمدي.

(٣) النهج حکمة: ١٧٣.

(٤) نهج البلاغة كتاب رقم ٤٥.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٠٨، ومكارم الأخلاق: ص ١٤٣.

(٦) أمالي الصدوق: ص ٤٣٦.

(٧) المحاسن للبرقي.

(٨) طب الأئمة: ص ١٣٤.

\* عن الإمام الرضا عليه السلام : «ليس شيء أبغض إلى الله عز وجل من بطن ملآن»<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام الصادق عليه السلام : «ليس شيء أضر لقلب المؤمن من كثرة الأكل، وهي مورثة شيتين: قسوة القلب وهيجان الشهوة»<sup>(٢)</sup>.

## إدخال الطعام على الطعام

مدخل:

كان الأستاذ مأمون الكناني رئيس قسم الفيزياء في جامعة دمشق لا يأكل بين الوجبات، ويقول جملة المشهورة: إدخال الطعام على الطعام ضرر عام.

\* زار طبيب العرب (الحرث بن كَلْدَة) كسرى أنوشروان، وحين سأله: فما الداء الدوي؟ قال الحرث: ادخال الطعام على الطعام، هو الذي أهلك البرية، وقتل السباع في البرية.

\* وقيل لجالينوس: ما لك لا تمرض؟ فقال: لأنني لم أجمع بين طعامين رديئين، ولم أدخل طعاماً على طعام، ولم أحبس في المعدة طعاماً تأذيت به<sup>(٣)</sup>.

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ : «الداء الدوي إدخال الطعام على الطعام»<sup>(٤)</sup>.

(١) صحيفة الإمام الرضا (ع): ص ٥٤.

(٢) مستدرک الوسائل: ج ٣، ص ٨٠.

(٣) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣٢١.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٩.

• اشتكى رجل إلى أبي عبد الله عليه السلام ما يلقي من الأوجاع والتخم، فقال عليه السلام: «تغذ وتعيش ولا تأكل بينهما شيئاً فإن فيه فساد البدن. أما سمعت الله عز وجل يقول: ﴿وَلَمْ يَزِدْهُمْ فِيهَا كُفْرًا وَعَشْيًا﴾»<sup>(١)</sup>.

• وقال الشاعر:

ثلاث من أشراك الحمام وداعية الصحيح إلى السقام  
دوام مُدامة ودوام وطء وإدخال الطعام على الطعام  
• قال سفيان بن عيينة: أجمع أطباء فارس على أن الداء إدخال الطعام على الطعام<sup>(٢)</sup>.

• للإمام علي عليه السلام:

توقّ مدى الأيام إدخال مطعم على مطعم من قبل هضم المطاعم  
وكل طعام يعجز السن مضغه فلا تقرّبته، فهو شرّ لطاعم<sup>(٣)</sup>  
• عن النبي صلى الله عليه وآله: «المعدة بيت الداء، والحمية رأس الدواء، وأصل كل داء البرّدة [المقصود بالبردة: إدخال الطعام على الطعام في المعدة قبل أن يتم هضم الأول]»<sup>(٤)</sup>.

(١) طب الأئمة: ص ٥٩.

(٢) المستطرف للأبشيبي: ج ٢، ص ٣٥٠.

(٣) المستطرف للأبشيبي: ج ٢، ص ٣٤٩.

(٤) مقدمة ابن خلدون: ط ٤، ص ٤١٥.



## حرف الباء

### الباذروج

• انظر (الريحان الجبلي).

### الباذنجان

• قال النبي ﷺ : «كلوا الباذنجان فإنها شجرة رأيتها في الجنة... فمن أكلها على أنها داء كانت داء، ومن أكلها على أنها دواء كانت دواء»<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ : «كلوا الباذنجان وأكثرها منها، فإنها أول شجرة آمنت بالله عز وجل»<sup>(٢)</sup>.

• كان رسول الله ﷺ في دار جابر بن عبد الله الأنصاري (رض) فقدّم إليه الباذنجان، فجعل ﷺ يأكل. فقال جابر: إن فيه لحرارة. فقال ﷺ : يا جابر مه [أي اسكت] إنها أول شجرة آمنت بالله، اقلوه وأنضجوه، وزيتوه ولبنوه، فإنه يزيد في الحكمة<sup>(٣)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٨٤، عن الفردوس.

(٢) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ١٨٤.

(٣) البحار: ج ٦٦، ص ٢٢٤.



\* عن زين العابدين عليه السلام : «الباذنجان من شحمة الأرض، وهو طيب في كل شيء يقع فيه»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «كلوا الباذنجان، فإنه جيد للمرة السوداء، ولا يضر الصفراء»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «كلوا الباذنجان فإنه يذهب الداء ولا داء له»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «إذا أدرك الرطب ونضج العنب، ذهب ضرر الباذنجان»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «أكثرُوا من الباذنجان عند جذاذ النخل [أي كلوه وقت قطف التمر] فإنه شفاء من كل داء، يزيد في بهاء الوجه ويبين العروق [أي يملؤها بالدم] ويزيد في ماء الصلب»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الهادي عليه السلام : «قال لبعض قهارمته [جمع قهرمان وهو أمين الصندوق]: استكثروا لنا من الباذنجان، فإنه حار وقت الحرارة، وبارد وقت البرودة، معتدل في الأوقات كلها، جيد على كل حال»<sup>(٦)</sup>.

\* عن عبد الرحمن الهاشمي، قال الإمام الهادي عليه السلام لبعض مواليه: «أقل لنا من البصل وأكثر لنا من الباذنجان. فقال له مستفهماً: الباذنجان؟ قال: نعم الباذنجان، جامع للطعم، منفي الداء، صالح للطبيعة، منصف في أحواله، صالح للشيخ والشاب، معتدل في حرارته وبرودته، حار في مكان البرودة، بارد في مكان الحرارة»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) الفردوس...

(٢) طب الأئمة (ع): ص ١٣٩ ما يشبهه.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧ ص ١٦٦، عن الفروع والمحاسن.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧ ص ١٦٧، وسفينة البحار: ج ١، ص ٦٦.

(٥) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ١٨٤.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ١٣٩.

(٧) وسائل الشيعة: ج ٦٧، ص ١٦٧، عن فروع الكافي: ج ٦، ص ٣٧٣.

## (قوة) الباه

\* راجع (الجماع).

## البخر

تعريفه:

البخر هو رائحة الفم الكريهة.

الروايات:

\* عن الإمام علي عليه السلام عن الرمان وشحمته قال: «فإنه يذهب بالحفر وبالبخر ويطيب النفس»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن التين يذهب بالبخر»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «والسعر والملح، يطردان الرياح من الفؤاد... ويذهبان بالريح الخبيثة من الفم، ويصلبان الذكر»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام، كتب إليه أحد أصحابه أنه يشكو البخر، فقال: «كلي التمر البرني»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٣، عن المحاسن للبرقي.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٣.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٧.

## البخور

\* راجع (اللُّبان)

## البرد

\* راجع (الحرارة والبرودة)

\* قال النبي ﷺ: «اغتنموا برد الربيع، فإنه يفعل بأبدانكم كما يفعل بأشجاركم، واجتنبوا برد الخريف، فإنه يفعل بأبدانكم كما يفعل بأشجاركم»<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «توقوا البرد في أوله وتلقوه في آخره، فإنه يفعل في الأبدان كفعله في الأشجار: أوله يحرق وآخره يورق»<sup>(٢)</sup>.

\* عن عامر الشعبي، قال زر بن حبیش: قال أمير المؤمنين عليه السلام: «أربع كلمات في الطب، لو قالها بقراط أو جالينوس لقدّم أمامها مئة ورقة [أي وضع لها مقدمة مائة ورقة تعظيماً لها] ثم زينها بهذه الكلمات»، وهي قوله عليه السلام: «توقوا البرد»... إلى قوله: «وآخره يورق»<sup>(٣)</sup>.

## داء البرسام

تعريفه:

البرسام داء ناتج عن التهاب الحجاب الذي بين الكبد والقلب، وهو يسبب الهذيان.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧١.

(٢) نهج البلاغة، الحكمة ١٢٨.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧١، عن الدعوات لقطب الدين الراوندي.

## الروايات:

- \* عن سيف التمار، قال: مرض بعض رفقاتنا بمكة، فبرسم. فدخلت على الإمام الصادق عليه السلام فأعلمته. فقال لي: «اسقه سوق الشعير، فإنه يعافى إن شاء الله، وهو غذاء في جوف المريض». قال: فما سقناه السوق إلا يومين أو قال مرتين، حتى عوفي صاحبنا<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «من حُمّ فشرب تلك الليلة وزن درهمين بزر القطونا أو ثلاثة، أمن من البرسام في تلك العلة»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام: «إن السلق يقطع عرق الجذام، وما دخل جوف المبرسم مثل ورق السلق»<sup>(٣)</sup>.

## البرص (البياض)

- \* عن ابن عباس قال: قال رسول الله ﷺ: «خمس خصال تورث البرص: النورة يوم الجمعة ويوم الأربعاء، والتوضي والاعتسال بالماء الذي تسخنه الشمس، والأكل على جنابة، وغشيان المرأة في أيام حيضها، والأكل على الشبع»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «إن قوماً من بني إسرائيل أصابهم البياض، فأوحى إلى موسى عليه السلام أن أمرهم أن يأكلوا لحم البقر بالسلق»<sup>(٥)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠.

(٢) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ٢١٥.

(٣) الكافي للكليني...

(٤) الخصال: ج ١، ص ٢٧٠.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢١١، عن المحاسن: ص ٥١٩.

- عن الصادق عليه السلام قال عن السنا: «أما إنه أمان من البهق والبرص والجذام والجنون والفالج واللقوة...»<sup>(١)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «السويق الجاف يذهب بالبياض [أي البرص]»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «الأكل على الشبع يورث البرص»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «الكرفس يورث الحفظ، ويذكي القلب، وينفي الجنون والجذام والبرص»<sup>(٤)</sup>.
- عن الكظام عليه السلام: «من أكل مرقاً بلحم بقر، أذهب الله عنه البرص والجذام»<sup>(٥)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام: «عليكم بالملح، فإنه شفاء من سبعين داء، منها الجذام والبرص والجنون»<sup>(٦)</sup>.

## البركة

- قال النبي صلى الله عليه وآله: «صغروا رغافكم [جمع رغيف] فإن مع كل رغيف بركة»<sup>(٧)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام: «ما من لبن يرضع به الصبي أعظم بركة عليه من لبن أمه»<sup>(٨)</sup>.
- عن النبي صلى الله عليه وآله: «تفكهوا بالبطيخ، فإنها فاكهة الجنة، وفيها ألف بركة وألف

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٨٨.  
 (٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨، عن الفروع والمحاسن.  
 (٣) مكارم الأخلاق: ص ١٤٧.  
 (٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٤.  
 (٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢١٢، عن طب الأئمة (ع): ص ١٠٤.  
 (٦) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.  
 (٧) البحار: ج ٦٦، ص ٢٧٢، ووسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥١٣.  
 (٨) مستدرك النهج: ص ١٧١.

رحمة، وأكلها شفاء من كل داء»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «إذا أكلتم القثاء، فكلوه من أسفله، فإنه أعظم لبركته»<sup>(٢)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «إن الله تبارك وتعالى جعل البركة في العسل، وفيه شفاء من الأوجاع، وقد بارك عليه سبعون نبياً»<sup>(٣)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «عليكم بالعدس، فإنه مبارك ومقدس، وإنه يُرَقِّق القلب ويكثر الدمعة، وإنه قد بارك فيه سبعون نبياً آخرهم عيسى بن مريم عليه السلام»<sup>(٤)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «أقزوا الحار حتى يبرد، فإن رسول الله ﷺ قُرِبَ إليه طعام فقال: أقزوه حتى يبرد ويمكن أكله. وما كان الله ليطعمنا الحار، والبركة في البارد!».

• عن الإمام علي عليه السلام: «إذا أكل أحدكم الطعام، فمضْ أصابعه التي أكل بها، قال الله عز وجل: بارك الله فيك»<sup>(٥)</sup>.

## البُسر

### تعريفه:

البُسر هو الثمر قبل النضوج.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٦، عن الفروع والمحاسن.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٩٠.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٥.

(٥) الخصال: ج ٢، ص ٦١٣.

## الروايات:

- \* عن الصادق عليه السلام: «أربعة يعدلن الطباع: الرمان السوراني، والبُسر المطبوخ، والبنفسج، والهندباء»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام: «نعم الطعام الأرز، يوسع الأمعاء، ويقطع البواسير، وإنا لنغيظ أهل العراق بأكلهم الأرز والبُسر (والبر) فإنهما يوسعان الأمعاء ويقطعان البواسير»<sup>(٢)</sup>.

## البشرة

- \* قال الإمام علي عليه السلام في الدهن: «يلين البشرة، ويزيد في العقل والدماغ، ويسهل مجاري الماء»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «من ذر على أول لقمة من طعامه الملح، ذهب بنمش الوجه»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «شربة السويق بالزيت، تنبت اللحم وتشد العظم، وترق البشرة، وتزيد في الباه»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «البصل يطيب الفم ويشد الظهر ويرق البشرة [أي يكسب البشرة لوناً صافياً رقيقاً]»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام: «عليكم بسيد الخضاب، فإنه يطيب البشرة، ويزيد في الجماع»<sup>(٧)</sup>.

(١) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٤٩.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٥.

(٣) الخصال للصدوق...

(٤) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٧٧.

(٥) المحاسن للبرقي.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٨٢.

(٧) صحيفة الرضا (ع): ص ٩٠.

## البصر

\* قال النبي ﷺ: «كلوا السفرجل وتهادوه بينكم، فإنه يجلو البصر، وينبت المودة في القلب...»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «إذا دخلتم بلدة وبيتاً وخفتم وباءها، فعليكم ببصلها فإنه يجلو البصر»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «التمر... يزيد في السمع والبصر...»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «في الخضاب أربع عشرة خصلة: ... يطرد الريح من الأذنين، ويجلو الغشاء عن البصر»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «اختضبوا بالحناء، فإنه يجلو البصر، وينبت الشعر، ويطيب الريح، ويسكن الزوجة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن أبي الخصب قال: كانت عيني قد ابيضت، ولم أكن أبصر بها شيئاً، فرأيت أمير المؤمنين عليه السلام في المنام، فقلت: يا سيدي عيني قد أصابت إلى ما ترى! قال: «خذ العناب فدقه واكتحل به». فأخذت العناب فدققته بنواه، وكحلته بها فانجلت عن عيني الظلمة، ونظرت أنا إليها فإذا هي صحيحة<sup>(٦)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «أربعة تقوي البصر: الماء الجاري، والنظر إلى المرأة الحسناء، والجلوس عند خيار القوم، والكحل عند النوم».

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧١.

(٢) رمز الصحة ص ١٤٤، عن الفردوس.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٦٩.

(٤) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٤٩.

(٥) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٥٠.

(٦) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٥٤.



وأربعة تضعف البصر: جماع العجوز، والنظر إلى المصلوب، والنظر إلى عين الشمس، والأكل على الشيع<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الكحل ينبت الشعر، ويحد البصر، ويعين على طول السجود»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الائمد يجلو البصر، وينبت الشعر، ويذهب بالدمعة»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «في السواك عشر خواص، وعدّ منها: يجلو البصر ويذهب بالبلغم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «أربعة أشياء تجلو البصر وتنفعن ولا تضررن. فسئل عنهن، ف قيل له ما هي؟ فقال السعتر والملح إذا اجتماعا، والنانخواه (الكمون الملوكي) والجوز إذا اجتماعا»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال عن اللحم: «فإنه يزيد في السمع والبصر»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «لا تقربوا النساء من أول الليل... إذ يتولد منه القولنج والفالج... أو ضعف البصر»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «لا تكرهوا أربعة لأربعة: لا تكرهوا الرمذ لأنه يقطع عروق العمى»<sup>(٨)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «ثلاثة يجلين البصر: النظر إلى الخضرة، والنظر إلى

(١) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٥٨.

(٢) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٥٠.

(٣) المصدر السابق.

(٤) المصدر السابق.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٠.

(٧) بحار الأنوار للمجلسي ج ٦٢، ص ٣٢٧.

(٨) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٥٠.

الماء الجاري، والنظر إلى الوجه الحسن<sup>(١)</sup>.

## البصل

منافعه:

قال ابن سينا:

البصل يحتر اللون بجذبه الدم إلى الخارج، وله خاصية في دفع ضرر الريح السموم. وعصارته تنفع من الماء النازل في العين وتجلو البصر<sup>(٢)</sup>.

يستعمل عصير البصل كوسيلة طاردة للديدان، وفي أمراض المعدة والأمعاء والتهاب اللوزتين. كما يستعمل العصير الممزوج مع العسل لوقف ازدياد تكوّن غشاوة العين، ويساعد العصير مرضى السكري ومرضى تصلب الشرايين وخاصة شرايين الدماغ. إضافة إلى ذلك يستعمل العصير الطازج لمعالجة الجروح ولإزالة النمش ولتقوية الشعر ولإزالة تجاعيد الوجه<sup>(٣)</sup>.

ويحتوي البصل على مادة (الفيرمنت) وهي العامل الهاضم للغذاء في عصارات المعدة والأمعاء. كما أنه يحتوي على مادة (الكوكينين) التي لها نفس قدرة الانسولين على تنظيم عملية حرق المواد السكرية واستهلاكها، ولذلك فهو يفيد مرضى البول السكري.

وعصير البصل يحتوي على زيت عطري، قوي المفعول لقتل مكروبات

---

(١) روضة الواعظين لابن الفثال النيسابوري: ص ٣٠٨.

(٢) عجائب المخلوقات للقرطبي، بذيل حياة الحيوان الكبرى للدميري: ج ٢، ص ١٨٢.

(٣) النباتات الطبية واستعمالاتها للدكتور محمد العودات: ١٩٨٧، ج ١، ص ٣٨.

التقيح بأنواعها، وجراثيم التيفويد والجمرة الخبيثة والدمامل.

كما يحتوي البصل على أملاح تقوي الأعصاب وتجلب النوم. وفي البصل مواد أخرى تقي الشرايين من التصلب، ومن تراكم المواد الكلسية في سن الشيخوخة، فتتحسن بذلك الدورة الدموية، بما في ذلك الشريان التاجي في القلب مصدر الذبحة الصدرية وسببها...

كل هذه الفوائد موجودة في بصلة واحدة، فهل يمكن لعقار كيميائي واحد أن يملك كل هذه الفوائد مجتمعة، ويكون رخيصاً إلى هذا الحد؟!<sup>(١)</sup>

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «إذا دخلتم بلدة، فكلوا من بقله وبصله، يطرد عنكم داءه، ويذهب بالنصب، ويشد العصب، ويزيد في الماء (الباه) ويذهب بالحمى»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «إذا دخلتم بلدة وبيتاً [أي فيها وباء] وخفتم وباءها، فعليكم ببصلها، فإنه يجلو البصر وينقي الشعر، ويزيد في ماء الصلب، ويزيد في الخُطأ [أي يقوي المشي] ويذهب بالحما - وهو السواد في الوجه - والاعياء أيضاً»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام، ذكر عنده البصل فقال: «يطيب النكهة، ويذهب بالبلغم، ويزيد في الجماع»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كلوا البصل فإن فيه ثلاث خصال: يطيب النكهة ويشد

(١) مجلة الاهرام الرياضي، العدد ١٠٠ تاريخ تشرين الثاني ١٩٩١، ص ٧٧.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.

(٣) رمز الصحة: ص ١٤٤، عن الفردوس.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٨ عن الفروع والمحاسن للبرقي.

اللثة ويزيد في الماء والجماع<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «البصل يذهب بالنصب ويشد العصب ويزيد في الماء والخطا ويذهب بالحمى»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «البصل يطيب الفم ويشد الظهر ويرقّ البشرة»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «قال رسول الله ﷺ: إذا دخلتم بلاداً كلوا من بصلها، يطرد عنكم وباءها»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام سأله أخوه علي عن الثوم والبصل يجعل في الدواء قبل أن يطبخ؟ قال: «لا بأس»، وسأله عن أكل الثوم والبصل بالخل؟ قال: «لا بأس»<sup>(٥)</sup>.

## البطن، و(وجع) البطن، والبَطْنُ (داء البطن)

### \* راجع الأكل وكثرته

\* عن حمران، عن الإمام الصادق عليه السلام قال: اشتكى رجل من وجع البطن إلى أمير المؤمنين عليه السلام، فقال له: سل من امرأتك درهماً من صداقها، فاشتر به عسلأ فاشربه بماء السماء. ففعل ما أمر به، فبرئ. فسأل أمير المؤمنين عليه السلام عن ذلك: أشيء سمعته من النبي ﷺ؟ قال: لا، ولكن سمعت الله يقول في كتابه:

﴿إِنْ طَبَخَ لَكُمْ عَنْ مَتَى وَمِنْهُ قَسَا فَكُلُوهُ هَبِيحًا رَيِّحًا﴾<sup>(٦)</sup>، وقال:

(١) الخصال للصدوق: ج ١، ص ١٥٨.

(٢) الخصال للصدوق: ج ١، ص ١٥٨.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٨، عن الفروع والمحاسن.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٩، عن الفروع والمحاسن.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧١، عن قرب الإسناد: ص ١١٦.

(٦) سورة النساء، الآية: ٤.

﴿يَخْرُجُ مِنْ بَطْنِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾<sup>(١)</sup>، وقال:

﴿وَفَرَّقْنَا مِنْ أَسْمَاءِ مَاءٍ مُبْرَكًا﴾<sup>(٢)</sup>، فاجتمع الهنيء والمريء والبركة والشفاء، فرجوت بذلك البرء<sup>(٣)</sup>.

\* عن ذريح قال: قلت للإمام الصادق عليه السلام: إني لأجد في بطني قراقراً ووجعاً. قال عليه السلام: «ما يمنعك من الحبة السوداء، فإن فيها شفاء من كل داء إلا السام»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن في الشونيز [الحبة السوداء] شفاء من كل داء، فأنا آخذه للحمى والصداع والرمد ولوجع البطن ولكل ما يعرض لي من الأوجاع، فيشفيني الله عز وجل به»<sup>(٥)</sup>.

\* عن حمران قال: كان بالإمام الصادق عليه السلام وجع البطن فأمر أن يطبخ له الأرز ويجعل عليه السماق، فأكله فبرئ<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «أصاني بطن [أي داء البطن]، فذهب لحمي وضعفت عليه ضعفاً شديداً، فألقي في روعي، أن آخذ الأرز فأغسله، ثم أقليه وأطحنه، ثم أجعله حساءً، فنبت عليّ لحمي، وقوي عليه عظمي»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «وجع بطني، فقال لي أحد: خذ الأرز، فأغسله ثم جففه في الظل، ثم رُضّه [أي دقه غير ناعم] وخذ منه راحة كل غداة»<sup>(٨)</sup>.

\* عن محمد بن الغيضر، قال: كنت عند أبي عبد الله الصادق عليه السلام فجاء رجل فقال له: إن ابنتي قد ذبلت وبها البطن، فقال: «ما يمنعك من الأرز

(١) سورة النحل، الآية: ٦٩.

(٢) سورة ق، الآية: ٩.

(٣) تفسير العياشي: ج ١، ص ٢١٩، والبحار: ج ٦٢، ص ٢٧٠.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨٦ ما يشبهه.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٨٦.

(٦) الكافي: ج ٦، ص ٣٤٢.

(٧) البحار: ج ٥٩، ص ١٧٢، عن المحاسن: ص ٥٠٣.

(٨) البحار: ج ٥٩، ص ١٧٢، عن المحاسن: ص ٥٠٣.

بالشحم؟ خذ حجراً أربعاً أو خمساً واطرحها تحت النار، واجعل الأرز في القدر واطبخه حتى يدرك [أي ينضج]. وخذ شحم كلي طرياً، فإذا بلغ الأرز فاطرح الشحم في قصعة مع الحجارة، وكتب عليها قصعة أخرى، ثم حركها تحريكاً شديداً، واضبطها كي لا يخرج بخاره، فإذا ذاب الشحم فاجعله مع الأرز، ثم تحتاه<sup>(١)</sup>.

\* شكنا رجل إلى الإمام الرضا عليه السلام مفعصاً كان يقتله. فقال عليه السلام : «إذا اشتد بك الأمر والتويت منه، فخذ جوزة (غير مقشرة) واطرحها في النار حتى تعلم أنها قد اشتوى ما في جوفها وغيره النار، قشرها وكلها، فإنها تسكن من ساعتها».

قال: فوالله ما فعلت ذلك إلا مرة واحدة، فسكن عني المغص، بإذن الله عز وجل<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «ليس شيء أبغض على الله عز وجل من بطن ملآن»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «كلوا التمر على الريق، فإنه يقتل الديدان في البطن»<sup>(٤)</sup>.

سمعت أسياختا يقولون: ألبان اللقاح (أي النوق الحلوب) شفاء من كل داء وعاهة، ولصاحب البطن أبوالها<sup>(٥)</sup>.

## البطيخ

\* قال النبي ﷺ : «ربع أمتي العنب والبطيخ. وقال: عصف البطيخ ولا تقطعها قطعاً، فإنها فاكهة مباركة طيبة، مطهرة الفم، مقدسة القلب، وتبيض

(١) البحار: ج ٥٩، ص ١٧٢، عن المحاسن: ص ٥٠٣.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ١٠١.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٤.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٥١.

(٥) الكافي للكليني.

- الأسنان، وترضي الرحمن. ريحها من العنبر، وماؤها من الكوثر...»<sup>(١)</sup>.
- \* روي أنه أهدى للنبي ﷺ بطيخ من الطائف فشمه وقبله وقال: «عضوا البطيخ فإنه من حلل الأرض، ماؤه من رحمة وحلاوته من الجنة»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «البطيخ قبل الطعام يغسل البطن ويذهب بالداء أصلاً»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «ربيع أمتي العنبر والبطيخ»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «تفكهوا بالبطيخ، فإنها فاكهة الجنة، وفيها ألف بركة وألف رحمة، وأكلها شفاء من كل داء»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «ما من امرأة حامل أكلت البطيخ بالجبن إلا يكون مولودها حسن الوجه والمخلوق»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «تفكهوا بالبطيخ، فإن ماءه رحمة، وحلاوته من حلاوة الجنة»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الترمذي: كان النبي ﷺ يأكل البطيخ بالرطب ويقول: «يدفع حرُّ هذا بَرْدَ هذا»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن ابن عباس: قال ﷺ: «عليكم بالبطيخ فإن فيه عشر خصال: هو طعام وشراب وأشنان [أي يغسل الفم والأسنان والبطن كما ينظف الأسنان الأواني] وريحان، ويغسل المثانة ويغسل البطن، ويكثر ماء الظهر ويزيد في الجماع، ويقطع البرودة وينقي البشرة»<sup>(٩)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٨.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٤.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٨٤، عن الفردوس.

(٨) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٢١.

(٩) رمز الصحة للدهسرخي: ص ١٤.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «البطيخ شحمة الأرض، لاداء ولا غائلة فيه»<sup>(١)</sup>.  
 \* عن الإمام علي عليه السلام : «في البطيخ عشر خصال: طعام وشراب وفاكهة وريحان وأدم وحلواء وأشنان [أي ينظف الفم والبطن] وخطمي وبقل ودواء»<sup>(٢)</sup>.

وقد جمع الإمام الرضا عليه السلام هذه المعاني في الأبيات التالية، عن الروضة:

أهدت لنا الأيام بطيخة	من حلل الأرض ودار السلام
تجمع أوصافاً عظاماً وقد	عددتها موصوفة بالنظام
كذلك قال المصطفى المجتبى	محمد جدي عليه السلام
ماء وحلواء وريحانة	فاكهة، حرض، طعام، إدام
تنقي المثانة، تصفي الوجوه	تطيب النكهة، عشر تمام

\* عن الصادق عليه السلام : «كلوا البطيخ فإن فيه عشر خصال مجتمعة: هو شحمة الأرض لا داء فيه ولا غائلة، وهو طعام وهو شراب وهو فاكهة وهو ريحان وهو أشنان [أي يغسل الأسنان كالأشنان] وإدام، ويزيد في الباه، ويغسل المثانة ويدّر البول (وفي رواية) ويذيب الحصة في المثانة»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام أن النبي صلى الله عليه وآله وسلم أتى ببطيخ ورطب، فأكل منهما، وقال: «هذان الأطيبان»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «البطيخ على الريق يورث الفالج»<sup>(٥)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٨٥.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٥.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٩، ومكارم الأخلاق: ص ١٨٥.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.

(٥) المحاسن: ص ٥٥٧.



## بقلة فاطمة (الرّجلة - الفرغخ)

### تعريفها:

قال ابن البيطار: هي البقلة المباركة والبقلة اللينة، وهي الرّجلة.

قال جالينوس: هذه البقلة باردة مائية المزاج، وفيها قبض بسيط.

وروي أن فاطمة الزهراء عليها السلام كانت تحب هذه البقلة فنسبت إليها،  
ف قيل: بقلة فاطمة، ثم جاء بنو أمية فغيروها وقالوا: بقلة الحمقاء.

قال داود الانطاكي في تذكرته: وسميت حمقاء لخروجها في الطرق  
بنفسها، وهي نبات طري في غلظ الأصابع، فتطول دون ذراع، وتمتد على  
الأرض، وتزهو جملة إلى البياض، وتخلف بزراً صغيراً، وتترك في الربيع  
والصيف، وهي باردة رطبة<sup>(١)</sup>.

### فوائدها:

وهي غنية بالمواد المعدنية كالبتواسيوم والحديد، وتستخدم لعلاج  
الامساك والديزانتريا والبواسير وضد النزيف المعدي، ولادرار البول وطرد  
الديدان<sup>(٢)</sup>.

(١) الجامع لمفردات الأدوية والأغذية لابن البيطار: ج ٤، ص ١٩٨.

(٢) النباتات الطبية والعطرية في الوطن العربي، الخرطوم ١٩٨٨، ص ٢٤٤.

## صفاتها واستعمالها:

البقلة منعشة، مذاقها فيه شيء من الملوحة. موطنها الأصلي آسيا الصغرى. تطبخ بطرق مختلفة. وتستعمل أوراقها الطازجة في السلطات. والرجلة تكافح الحموضة في المعدة<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

- \* كان النبي ﷺ وجد حرارة، فعضّ على (رجلة) فوجد لذلك راحة، فقال: «اللهم بارك فيها، إن فيها شفاء من تسع وتسعين داء، إنبتى حيث شئت»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «عليكم بالفرفخ، وهي المكيسة، فإذا كان شيء يزيد في العقل فهي» [والمكيسة من الكيس وهو العقل]<sup>(٣)</sup>.
- \* روي أن فاطمة ؓ كانت تحب هذه البقلة فنسبت إليها، قيل: بقلة الزهراء، كما قالوا: شقائق النعمان. ثم بنو أمية غيرتها فقالوا: بقلة الحمقاء<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الصادق ؓ: «ليس على وجه الأرض بقلة أشرف ولا أنفع من الفرفخ، وهي بقلة فاطمة ؓ». ثم قال: لعن الله بني أمية هم ستموها بقلة الحمقاء، بغضاً لنا وعداوة لفاطمة ؓ<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق ؓ: «وطىء رسول الله ﷺ الرمضاء فأحرقته، فوطىء الرجلجة وهي بقلة الحمقان، فسكن عنه حر الرمضاء، فدعا لها وكان يحبها.

(١) التداوي بالأعشاب للدكتور أمين رويحة ط ٤ دار القلم بيروت، ص ٣٣٦.

(٢) رمز الصحة: ص ١٩٢.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٤، عن المحاسن.

(٤) البحار: ج ٦٦، ص ٢٣٥.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٤، عن الفروع والمحاسن.

(وَبِرَوَايَةِ الْكَافِي) وَيَقُولُ: مِنْ بَقْلَةٍ مَا أُبْرِكُهَا<sup>(١)</sup>.

## البقل والبقول

• قَالَ النَّبِيُّ ﷺ: «إِذَا دَخَلْتُمْ بِلْدًا فَكُلُوا مِنْ بَقْلِهِ وَبِصَلِهِ، يَطْرُدُ عَنْكُمْ دَاءَهُ، وَيَذْهَبُ بِالنَّصَبِ، وَيَشُدُّ الْعَصَبَ، وَيَزِيدُ فِي الْبَاهِ، وَيَذْهَبُ بِالْحُمَى»<sup>(٢)</sup>.

• عَنْ الصَّادِقِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «لِكُلِّ شَيْءٍ حَلِيَّةٌ، وَحَلِيَّةُ الْخَوَانِ الْبَقْلُ»<sup>(٣)</sup> (الْخَوَانُ: هُوَ طَاوِلَةُ الطَّعَامِ).

• عَنْ الصَّادِقِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «زَيَّنُوا مَوَائِدَكُمْ بِالْبَقْلِ، فَإِنَّهُ مَطْرَدَةٌ لِلشَّيْطَانِ مَعَ التَّسْمِيَةِ»<sup>(٤)</sup>.

• عَنْ الصَّادِقِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «لِكُلِّ شَيْءٍ سَيِّدٌ، وَسَيِّدُ الْبَقُولِ الْكِرَاثُ»<sup>(٥)</sup>.

• عَنْ الصَّادِقِ عَلَيْهِ السَّلَامُ قَالَ: «ذَكَرْتُ الْبَقُولَ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَقَالَ: كُلُوا الْكِرَاثَ، فَإِنْ مِثْلُهُ فِي الْبَقُولِ، كَمِثْلِ الْخَبْزِ فِي سَائِرِ الطَّعَامِ»<sup>(٦)</sup>.

• عَنْ الصَّادِقِ عَلَيْهِ السَّلَامُ قَالَ: «بَقْلَةُ رَسُولِ اللَّهِ ﷺ الْهَنْدَبَاءُ، وَبَقْلَةُ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِ السَّلَامُ الْبَانُورُجُ، وَبَقْلَةُ فَاطِمَةَ عَلَيْهَا السَّلَامُ الْفَرْخُ»<sup>(٧)</sup>.

• عَنْ مُوَفَّقِ الْمَدِينِيِّ عَنْ أَبِيهِ عَنْ جَدِّهِ، قَالَ: بَعَثَ إِلَيَّ (الْإِمَامُ الْكَاسِمُ) الْمَاضِي عَلَيْهِ السَّلَامُ يَوْمًا وَحَبْسَنِي لِلْغَدَاءِ، فَلَمَّا جَاؤُوا بِالْمَائِدَةِ لَمْ يَكُنْ عَلَيْهَا بَقْلٌ، فَأَمْسَكَ يَدَهُ، ثُمَّ قَالَ لِلْغَلَامِ: «أَمَا عَلِمْتَ أَنِّي لَا أَكُلُ عَلَى مَائِدَةٍ لَيْسَ فِيهَا خَضِرَةٌ؟ فَاتْنِي بِالْخَضِرَةِ». قَالَ: فَذَهَبَ الْغَلَامُ فَجَاءَ بِالْبَقْلِ فَأَلْقَاهُ عَلَى

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٤، عن فروع الكافي والمحاسن.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٧٨.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥١، عن الفروع والمحاسن.

(٧) بحار الأنوار: ج ٤٢، ص ٩٠.

المائدة، فمدّ يده فأكل<sup>(١)</sup>.

\* روي: كُلّ الفاكهة في إقبال دولتها، وأفضلها الرمان والأنرج، ومن الرياحين الورد والبنفسج، ومن البقول الهندباء والخس<sup>(٢)</sup>.

\* قال موسى عليه السلام في التلمود:

«... الذين لم تفتقد موائدهم الخس، الخيار، والفجل، إنّ في الصيف أو في الشتاء. وقال المعلم (أي موسى): الفجل يمضغ الطعام في المعدة، والخس يقلّبه، والخيار يمدد البطن.

ثم يقول: لكن ألم يعلم تلاميذه إسماعيل أن الخيار ضار بالمعدة كالسيوف؟ ليس في هذا أية مشكلة، لأن أحدهما يتحدث عن الخيار الكبير، والآخر عن الصغير<sup>(٣)</sup>.

## البكاء

\* قال الصادق عليه السلام للمفضل بن عمر: «اعرف يا مفضل ما للأطفال في البكاء من المنفعة، واعلم أن في أدمغة الأطفال رطوبة، إنّ بقيت فيها أحدثت عليهم أحداثاً جليلة، وعللاً عظيمة، من ذهاب البصر وغيره.

فالبكاء يسيل تلك الرطوبة من رؤوسهم، فيعقبهم ذلك الصحة في أبدانهم، والسلامة في أبصارهم. أفليس قد جاز أن يكون الطفل ينتفع بالبكاء والوداه لا يعرفان ذلك<sup>(٤)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٣١، عن المحاسن للبرقي.

(٢) مستدرک الوسائل: ج ٣، ص ١١٩.

(٣) الترجمة العربية للتلمود البابلي لنيل فياض ص ٤٥ دار الفدير دمشق ط ١٩٩١.

(٤) توحيد المفضل: ص ٤٧.

## البلغم

- \* قال النبي ﷺ: «دواء البلغم الحمام»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «عليكم بالزبيب، فإنه يكشف المرة، ويذهب بالبلغم»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «خمس يذهبن بالنسيان ويزدن في الحفظ، ويذهبن بالبلغم: السواك، والصيام، وقراءة القرآن، والعسل، واللبن (أي الكندر)»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «مضغ اللبن يشد الأضراس، وينقي البلغم»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «العسل شفاء من كل داء، ولا داء فيه، يقلّ البلغم ويجلو القلب»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «... وأقلوا من أكل السمك، فإن لحمه يذبل البدن، ويكثر البلغم، ويغلظ النفس»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «عليكم بالزيت فإنه يكشف المرة ويذهب بالبلغم ويشد العصب...»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «قراءة القرآن والسواك واللبن، منقية للبلغم»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام قال: «ويحك يا زرار، ما أغفل الناس عن فضل السكر

(١) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٨٦.

(٢) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٣٤٤.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٦٦، عن الفردوس.

(٤) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٨٦.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٦٦.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨ شبيهه.

(٧) مستدرک النهج: ص ١٦٨.

(٨) طب الأئمة (ع): ص ٦٦.

- الطبرزد، وهو ينفع من سبعين داء، وهو يأكل البلغم أكلاً ويقلعه أصلاً<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «ثلاث راحات سويق جاف على الريق، ينشف المرة والبلغم، حتى يقال: لا يكاد أن يدع شيئاً»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «السعتر والملح، يطردان الرياح من الفؤاد، ويفتحان السدد، ويحرقان البلغم»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «السويق يجرد (أي ينزع) المرة والبلغم من المعدة جرذاً، ويدفع سبعين نوعاً من أنواع البلاء»<sup>(٤)</sup>.
- \* وصف الصادق عليه السلام دواءً للبلغم فقال: «خذ جزءاً من علك الرومي، وجزءاً من كنذر، وجزءاً من سعتر، وجزءاً من نانخواه (الكمون الملوكي)، وجزءاً من شونيز (الحبة السوداء)، أجزاء سواء، يدق كل واحد على حدة دقاً ناعماً، ثم ينخل ويعجن، ويجمع ويسحق حتى يختلط، ثم تجمعه بالعسل، وتأخذ منه كل يوم و ليلة بندقية عند المنام، فإنه نافع إن شاء الله تعالى»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «كُل الفجل، فإن فيه ثلاث خصال: . . . وأصوله تقطع البلغم»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «خير تموركم البرني يذهب بالداء ولا داء فيه ويذهب بالاعياء ويشبع، ويذهب بالبلغم، ومع كل ثمرة حسنة»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «شكا موسى عليه السلام إلى ربه البلغم، فأوحى الله إليه، أن خذ الهليلج والبليج والأبلج، أجزاء سواء، فلت بهاء سمن البقر، واعجنه بالعسل.

(١) طب الأئمة: ص ٦٧.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨، عن الفروع ج ٦، ص ٣٠٦.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦.

(٥) طب الأئمة: ص ١٩.

(٦) الكافي للعلامة الكليني.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٥، عن الفروع.

وقال عليه السلام: وهذا يسمى الطريفل الصغير، فيه شفاء من كل داء إلا السام»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام ذكر عنده البصل فقال: «يطيب النكهة، ويذهب بالبلغم، ويزيد في الجماع»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «التفاح شفاء من السم والسحر واللحم نوع من الجنون الخفيف» يعرض من أهل الأرض، والبلغم الغالب، وليس شيء أسرع منفعة منه»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «ثلاثة يزدن في الحفظ ويذهبن بالبلغم: قراءة القرآن، والعسل، واللبان (الكندر)»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «في العسل شفاء من كل داء. من لعق لعقة عسل على الريق، يقطع البلغم ويحسم الصفرة ويمنع المرة السوداء»<sup>(٥)</sup>.

\* قال الإمام الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبية:

«ومن أراد أن يذهب البلغم من بدنه وينقصه، فليأكل كل يوم بكرة شيئاً من الجوارش الحريف «أي المواد ذات الطعم الحاد مثل الفلفل» ويكثر دخول الحمام، ومضاجعة النساء، والجلوس في الشمس، ويتجنب كل بارد من الأغذية، فإنه يُذهب البلغم، ويحرقه»<sup>(٦)</sup>.

\* إلى أن يقول: «ومن أراد أن يذهب عنه البلغم فليتناول بكرة كل يوم من الأطريفل الصغير مثقالاً واحداً»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٨٦.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٨، عن الفروع والمحاسن.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٥.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٨، وطب الأئمة (ع): ص ٦٦.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٥.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٥.

\* عن الرضا عليه السلام: «البلغم، هليج أصفر مثقال، ومثقال خردل، ومثقال عاقر قرحا، فتسحقه سحقاً ناعماً، وتستاك به على الريق، فإنه ينفي البلغم ويطيب النكهة»<sup>(١)</sup>.

## البلوغ

\* عن الصادق عليه السلام: «حد بلوغ المرأة تسع سنين «أي أن تتم تسع سنين هجرية»»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام: «الغلام لا يجوز أمره في الشراء والبيع، ولا يخرج من اليتيم، حتى يبلغ خمس عشرة سنة، أو يحتلم، أو يُشعر أو ينبت قبل ذلك» (أي إذا نبت شعر عانته قبل أن يحتلم فقد بلغ)<sup>(٣)</sup>.

## البنفسج

**فوائده:**

ينبت البنفسج في مواضع ظليلة حسنة. زهره إذا شرب بالماء الغالي نفع من الخناق وأم الصبيان.

\* قال ابن سينا: يسكن الصداع الدموي، شماً وطلاء، وينفع اللرمذ الحار<sup>(٤)</sup>.

ويستعمل العشب كمادة مقشعة ومدرة ومعرفة، وملطف في حالات

(١) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٨٧.

(٢) البحار: ج ١٠٣، ص ١٦٢.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٣، ص ١٤٣.

(٤) عجائب المخلوقات للقزويني، بذيل حياة الحيوان الكبرى للدميري، ج ٢، ص ١٨٢.



التهاب المجاري التنفسية، كما يفيد في حالات الروماتيزم والعصابات<sup>(١)</sup>.

هذا وإن شرب مغلي أزهار البنفسج ينفع في معالجة السعال والرشح وذات القصبات وتلطف أغشية البلعوم والرغامى والقصبات.

وأما دهن البنفسج فينفع من الصداع الحار، وينوم أصحاب السهر، ويرطب الدماغ، وينفع من الشقاق، وغلبة اليبس والجفاف، ويطلق به الجرب والحكة اليابسة فينفعها، ويسهل حركة المفاصل، ويصلح لأصحاب الأمزجة الحارة في زمن الصيف.

ومن غرائب هذا الدهن أنه حار في الشتاء بارد في الصيف، كما وصفه الإمام علي عليه السلام.

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «فضلنا أهل البيت على سائر الناس، كفضل دهن البنفسج على سائر الأدهان»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «استعطوا بالبنفسج فإن رسول الله ﷺ قال: لو علم الناس ما في البنفسج، لحسوه حسوا»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «أدهنوا بالبنفسج، فإنه بارد في الصيف وحار في الشتاء»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «أكسروا حرّ الحمى بالبنفسج والماء البارد، فإن حرها من فيح جهنم»<sup>(٥)</sup>.

(١) النباتات الطبية واستعمالاتها للدكتور محمد العودات ١٩٨٧ ص ١٧٠.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٢١، عن نوادر الراوندي.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٢١.

(٤) البحار: ج ٦٦، ص ١٤٥.

(٥) الخصال للصدوق: ص ١١٧.

\* عن الصادق عليه السلام : «فضل البنفسج على الأدهان كفضل الإسلام على سائر الأديان. نِعِم الدهن البنفسج، ليذهب بالداء من الرأس والعين فادهنوا به»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «إن البنفسج بارد في الصيف حار في الشتاء، لين على شيعتنا يابس على عدونا، لو يعلم الناس ما في البنفسج لقيمت أوقية بدينار»<sup>(٢)</sup>.

وعنه عليه السلام : «دهن البنفسج بارد في الصيف، لين حار في الشتاء»<sup>(٣)</sup>.

\* عن يوسف بن يعقوب قال الصادق عليه السلام : «ما يأتينا من ناحيتكم شيء أحب إلينا من الأرز والبنفسج»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «دهن البنفسج يرزن الدماغ» (أي يجعله رزناً هادئاً أو قوياً)<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «ادهن الحاجبين بالبنفسج، فإنه يذهب بالصداع»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «أربعة يعدلن الطباع: الرمان السوراني، والبسر المطبوخ، والبنفسج، والهندباء»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «البنفسج سيد الأدهان»<sup>(٨)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «مثل البنفسج في الأدهان كمثل المؤمن في الناس». ثم قال: «إنه حار في الشتاء بارد في الصيف وليس لسائر الأدهان هذه الفضيلة»<sup>(٩)</sup>.

---

(١) الكافي: ج ٦، ص ٥٢١.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ٩٣.

(٣) الكافي للكليني: ج ٦، ص ٥٢١.

(٤) الكافي: ج ٦، ص ٥٢١.

(٥) الكافي: ج ٦، ص ٥٢٢.

(٦) الكافي: ج ٦، ص ٥٢٢.

(٧) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٤٩، طبعة قديمة: ١١٧.

(٨) طب الأئمة (ع): ص ٩٣.

(٩) طب الأئمة (ع): ص ٩٣.

## البَهَق

### تعريفه:

البهق أو البهاق: داء يذهب بلون الجلد، فتظهر فيه بقع بيض

\* عن الصادق عليه السلام قال عن السنا: «أما إنه أمان من البهق والبرص والجذام والجنون والفالج واللقوة...»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام شكا إليه رجل الوضع والبهق، فقال: «ادخل الحمام واخلط الحناء بالنورة، وأطل بهما، فإنك لا تعان بعد ذلك شيئاً». قال الرجل: فوالله ما فعلته إلا مرة واحدة فعافاني الله منه، وما عاد بعد<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام سأله بعض أصحابه عن البهق؟ قال: فأمرني أن أطبخ الماش (حب أخضر مدور أصفر من الحمص) وأتحمسه وأجعله طعامي، ففعلت أياماً فعوفيت<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «خذ الماش الرطب في أيامه ودقه مع ورقه، واعصر الماء واشربه على الريق، واطله على البهق، ففعلت فعوفيت»<sup>(٤)</sup>.

## البواسير

\* قال النبي صلى الله عليه وآله وسلم عن التين: «فإنها تقطع البواسر وتنفع من النقرس»<sup>(٥)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢١٨.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ٧١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٧.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨٧.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٧٣.

\* عن النبي ﷺ، أمر بالاستنجاء بالماء البارد، فإنه أمان من الباسور<sup>(١)</sup>.  
 \* عن الإمام علي عليه السلام: «الاستنجاء بالماء البارد يقطع البواسير»<sup>(٢)</sup>.  
 \* عن إسحاق الجريري، قال الباقر عليه السلام: يا جريري، أرى لونك قد انتفع، أباك بواسير؟ قلت: نعم يابن رسول الله، وأسأل الله عز وجل أن لا يحرمني الأجر.

قال: أفلا أصف لك دواء؟ قلت: يابن رسول الله والله لقد عالجت به بأكثر من ألف دواء فما انتفعت بشيء من ذلك، وإن بواسيري تشخب دمًا... قال: ويحك يا جريري، فأني طبيب الأطباء، ورأس العلماء، ورئيس الحكماء، ومعدن الفقهاء، وسيد أولاد الأنبياء على وجه الأرض.

قلت: كذلك يا سيدي ومولاي. قال: إن بواسيرك إناث تشخب الدماء.  
 قال: صدقت يابن رسول الله ﷺ.

قال: عليك بشمع ودهن زنبق ولبن غسل وسماق وسروكتان، اجمعه في مغرفة على النار، فإذا اختلط فخذ منه قدر حمصة فالطح بها المقعدة تبرأ بإذن الله تعالى.

قال الجريري: فوالله الذي لا إله إلا هو ما فعلته إلا مرة واحدة حتى برىء ما كان بي، فما حسست بعد ذلك بدم ولا وجع<sup>(٣)</sup>.

\* عن أبي عبد الله عليه السلام عن جده عن أبيه عليه السلام قال: قال أمير المؤمنين عليه السلام «طول الجلوس على الخلاء يورث الباسور»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام سئل عن الكراث فقال: «كله، فإن فيه أربع خصال: يطيب النكهة، ويطرد الرياح، ويقطع البواسير، وهو أمان من الجذام لمن

(١) المستطرف للأبشيبي: ج ٢، ص ٣٤٩.

(٢) تحف العقول: ص ٧٣.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٨١.

(٤) الخصال للصدوق: ج ١، ص ١٨.

أدمن عليه»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الجزر أمان من القولنج، ومفيد للبواسير، ومعين على الجماع»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «النانخواء» الكمون الملوكي» والجوز، يحرقان البواسير ويطردان الريح...»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام يقول في الغبيراء: «إن لحمه ينبت اللحم... وهو أمان من البواسير والتقطير»<sup>(٤)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «نعم الطعام الأرز، يوسع الأمعاء ويقطع البواسير، وأنا لنغبط أهل العراق بأكلهم الأرز والبر، فإنهما يوسعان الأمعاء ويقطعان البواسير»<sup>(٥)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «لا أرى بأكل لحم الحبارى بأساً، لأنه جيد للبواسير، ووجع الظهر، وهو مما يعين على كثرة الجماع»<sup>(٦)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «بعد أن وصف دواء للبواسير قال: واحتم من السمك والخل والبقل»<sup>(٧)</sup>.

• عن الإمام الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبة للمأمون قال:

«ومن أراد أن يأمن من وجع السفل ولا يظهر به وجع البواسير، فليأكل كل ليلة سبع تمرات برني بسمن البقر، ويدهن بين أنثيه بدهن زنبق خالص»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٥٠.

(٢) الفصول المهمة للحر العاملي - مكارم الأخلاق: ص ١٨٤.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٥) المحاسن: ص ٥٠٤.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٦١.

(٧) طب الأئمة (ع): ص ١٠٢.

(٨) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

## البول

- \* في وصايا النبي ﷺ لعلي عليه السلام: «يا علي، تسعة أشياء تورث النسيان وعدّ منها: البول في الماء الراكد»<sup>(١)</sup>.
- \* قال النبي ﷺ: «من ترك البول عقب الجنابة، أو شك أن يتردد بقية الماء في بدنه، فيورثه الداء الذي لا دواء له»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «الفجل أصله يقطع البلغم ويهضم الطعام، وورقه يذّر البول»<sup>(٣)</sup>.
- \* شكا عمرو الأفرق إلى الباقر عليه السلام تقطير البول، فقال: «خذ الحرمل، واغسله بالماء البارد ست مرات، وبالماء الحار مرة واحدة، ثم يجفف في الظل، ثم يلت بدهن جل خالص، ثم يسفّ على الريق سفّاً، فإنه يقطع التقطير بإذن الله تعالى»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «كل الفجل، فإن فيه ثلاث خصال: ورقه يطرد الرياح، ولبه يسهل البول والهضم، وأصله يقطع البلغم»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام يقول في الغُبيرة: «إن لحمه ينبت اللحم... وهو أمان من البواسير والتقطير...»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن المفضل قال: شكوت إلى الصادق عليه السلام أنني ألقى من البول شدة، فقال: «خذ من الشونيز (حبة السوداء) في آخر الليل»<sup>(٧)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨، عن من لا يحضره الفقيه والخصال: ط ١، ج ٢، ص ٤٧.

(٢) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣١٢.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٢.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ٦٨.

(٥) الكافي للعلامة الكليني.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٨٦.

\* عن الكاظم عليه السلام : «أبوال الإبل خير من ألبانها، ويجعل الله الشفاء في ألبانها»<sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «إذا جعت فكل، وإذا عطشت فاشرب، وإذا هاج بك البول فبُل...»<sup>(٢)</sup>.

\* الرسالة المذهبة للإمام الرضا عليه السلام : «ومن أراد أن لا يشتكي مثانته فلا يحبس البول، ولو على ظهر دابته»<sup>(٣)</sup>.

\* عن موسى بن عبد الله بن الحسن، قال: سمعت أسيافنا يقولون: ألبان اللقاح (وهي الناقة الحلوب) شفاء من كل داء وعاهة، ولصاحب الربو أبوالها. (وفي رواية): ولصاحب البطن أبوالها<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «لا يتغوطن أحدكم على المحجة [أي الطريق الجادة]، ولا على سطح في الهواء، ولا في ماء جار؛ فمن فعل ذلك فأصابه شيء فلا يلومن إلا نفسه، فإن للماء أهلاً وللهواء أهلاً. وإذا بال أحدكم فلا يطمحن ببوله [أي لا يرفعه] ولا يستقبل به الريح»<sup>(٥)</sup>.

## البيض

\* من وصية النبي ﷺ لعلي عليه السلام : «يا علي كل من البيض ما اختلف طرفاه، ومن السمك ما كان له قشور، ومن الطير ما رف، واترك منه ما صف، ومن طير الماء ما كانت له قانصة أو صيصية»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «إن نبياً من الأنبياء شكاً إلى الله تعالى قلة النسل في

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٩٤.

(٢) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٠.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٣.

(٤) الكافي للعلامة الكليني.

(٥) تحف العقول: ص ٧٣.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ٤٤١.

- أمته، فأمره أن يأمرهم بأكل البيض. ففعلوه فكثر النسل فيهم»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام سئل أنه وُجد في جزيرة بيض كثير، فقال: «كل ما اختلف طرفاه (أي أن يكون طرف أكثر تحديباً من الطرف الآخر)، ولا تأكل ما استوى طرفاه»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «شكا نبي من الأنبياء إلى الله تعالى قلة النسل، فقال له كل اللحم بالبيض»<sup>(٣)</sup>.
- \* ذكر عند الإمام الصادق عليه السلام البيض، فقال: «أما إنه خفيف، ليست له غائلة اللحم»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن حمران بن أعين، قال: قلت لأبي عبد الله الصادق عليه السلام: إن أناماً يزعمون أن صفرة البيض أخف من البياض.
- فقال عليه السلام: «إلام يذهبون في ذلك؟» فقلت: يزعمون أن الريش من البياض وأن العظم والعصب من الصفرة. فقال عليه السلام: «فالريش أخفها»<sup>(٥)</sup>.
- (إذن فالإمام عليه السلام يقرر أن البياض أخف من الصفار، وهذا ثابت علمياً).
- \* عن محمد بن عمر بن أبي حسنة الجمال، قال: شكوت إلى الإمام الكاظم عليه السلام قلة الولد، فقال عليه السلام: «استغفر الله وكل البيض بالبصل»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام: «كثرة أكل البيض تزيد في الولد»<sup>(٧)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٨.

(٢) رمز الصحة ص ١٤٤، وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٢، مكارم الأخلاق: ص ١٦٤.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٧.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٧.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٩ عن المحاسن للبرقي ص ٤٨٢.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٨.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٥٨، عن الفروع والمحاسن.



وقد قال الشاعر:

وجاء عنهم في حديث قد ورد      كثرة أكل البيض تكثر الولد  
\* عن الإمام الرضا عليه السلام: في الرسالة المذهبة للمأمون: «ومداومة أكل  
البيض يعرض منه الكلف في الوجه... وكثرة أكل البيض وإدمانه يولد  
الطحال ورياحاً في رأس المعدة»<sup>(١)</sup>، والامتلاء من البيض المسلوق يورث  
الربو والانبهار (وهو انقطاع النفس)<sup>(٢)</sup>.

---

(١) قال ابن البيطار: وينبغي أن يتجنب البيض المسلوق لمن يعتره القولنج.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢١.

## حرف التاء

### تأزر المواد في تأثيرها

مدخل:

في الأدوية المفردة تؤثر كل مادة على الجسم بفعل معين وبقوة معينة .  
أما عند تناول مادتين (أ) و(ب) معاً، فإن التأثير يأخذ اشكالاً مختلفة :

١ - تؤثر كل مادة وكأن المادة الأخرى غير موجودة.

٢ - تتفاعل المادة (أ) مع (ب) فيتجان مادة جديدة سامة، فيكون  
المفعول عكسياً ضاراً.

٣ - تنفي إحدى المادتين الجانب السليبي للمادة الأخرى، وهذا ما  
نسميه (التأزر) في فعل المواد. وهذا التأزر له حالات مختلفة، منها أن تسهل  
إحدى المادتين انحلال المادة الأخرى، فتزيد فائدة الجسم منها، ومنها أن  
توفر إحدى المادتين وسطاً حمضياً أو قلوياً معيناً فتحافظ به على الأخرى.

٤ - تنفي المادة (أ) الجانب الضار من (ب) وبالعكس، فتكون فائدة  
الجسم من المادتين عظمى، كأن تكون (أ) حارة، و(ب) باردة، فتعدل طبيعة  
كل منهما الأخرى. ومن هذا القبيل ما روي عن النبي ﷺ أنه كان يأكل

التمر مع القثاء، أو التمر مع البطيخ، أو الجوز مع الجبن. وفي هذه الحالة تتضاعف الفائدة من كل مادة، بحيث لا يكون تأثيرهما على الجسم كمجموعهما بل كجدائهما. فإذا كانت فائدة الجسم من الجبن ٣ ومن الجوز ٣، فإن تأثيرهما مع بعضهما يكون مثل  $3 \times 3 = 9$  وليس  $3 + 3 = 6$ .

## الروايات:

❖ روى العامة عن عبد الله بن جعفر أنه قال: «رأيت في يمين النبي ﷺ قثاء، وفي شماله رطباً، وهو يأكل من ذا مرة، ومن ذا مرة»<sup>(١)</sup>.

ونقل عن القرطبي أنه قال: يؤخذ منه جواز مراعاة صفات الأطعمة وطبائعها، واستعمالها على الوجه اللائق بها على قاعدة الطب، لأن في الرطب حرارة، وفي القثاء برودة، فإذا أكلوا معاً اعتدلا. وهذا أصل كبير في المركبات من الأدوية<sup>(٢)</sup>.

❖ كان النبي ﷺ يأكل القثاء بالملح، ويأكل البطيخ بالجبن<sup>(٣)</sup>...

❖ عن الإمام علي عليه السلام: «الجبن والجوز في كل واحد منهما الشفاء، وإذا افترقا كانا داء»<sup>(٤)</sup>.

❖ عن الصادق عليه السلام: «الجبن والجوز في كل منهما الشفاء، وإذا افترقا كان في كل واحد منهما الداء»<sup>(٥)</sup>.

❖ عن الصادق عليه السلام: «من بات وفي جوفه سمك، لم يتبعه بتمر أو عسل، لم يزل عرق الفالج يضرب عليه حتى يصبح»<sup>(٦)</sup>.

(١) رمز الصحة للدهرخي: ص ٢٣٦.

(٢) رمز الصحة: ص ٢٣٦.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨١.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٨٩.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

• عن الصادق عليه السلام قال: «أربعة أشياء تجلو البصر، وتنفعن ولا تضررن». فسئل عنهن فقال: «السعر والملح إذا اجتماعا، والنانخواه (الكمون الملوكي) والجوز إذا اجتماعا. قيل: ولما تصلح هذه الأربعة إذا اجتمعن؟ قال: النانخواه والجوز، يحرقان البواسير ويطردان الريح، ويحسنان اللون، ويخشنان المعدة، ويسخنان الكلى. والسعر والملح، يطردان الرياح من الفؤاد، ويفتحان السدد، ويحرقان البلغم، ويدران الماء، ويطيبان النكهة، ويلينان المعدة، ويذهبان بالريح الخبيثة من الفم، ويصلبان الذكر»<sup>(١)</sup>.

## تنافر المواد والأطعمة

• كان النبي ﷺ لا يجمع قط بين لبن وسمك، ولا بين لبن وحامض<sup>(٢)</sup>.  
• عن الإمام الرضا عليه السلام في (الرسالة المذهبة) للمأمون: «واحذر يا أمير المؤمنين أن تجمع بين البيض والسمك في المعدة في وقت واحد، فإنهما متى اجتماعا في جوف الإنسان ولّد عليه النقرس والقولنج والبواسير ووجع الأضراس. واللبن والنبذ الذي يشربه أهله، إذا اجتماعا ولّد النقرس والبرص»<sup>(٣)</sup>.

## التجشؤ

• عن الصادق عليه السلام: «التجشؤ نعمة من نعم الله، وإذا تجشأ أحدكم فليحمد الله، ولا يرفعن جشاءه» [أي لا يرفع صوته بالتجشؤ]<sup>(٤)</sup>.  
• عن الكاظم عليه السلام قال عن الباذرؤج (الريحان الجبلي): «ويذهب بالثقل

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ١٧٣.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢١.

(٤) البحار: ج ٧٦، ص ٥٧.

ويطيب الجشاء والنكهة<sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «ما عطس عاظم إلا مُضمّ له طعامه، أو تجشأ إلا مرىء طعامه»<sup>(٢)</sup>.

## التخلل (للأسنان)

تعريفه:

التخلل هو إخراج ما بين الأسنان من بقايا الطعام.

الروايات:

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «تخللوا على أثر الطعام وتمضمضوا، فإنها مصحة الناب والنواجذ»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال النبي صلى الله عليه وآله: «تخللوا، فإنه مصلحة للثة والنواجذ»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي صلى الله عليه وآله قال لعلي عليه السلام: «ولا تتخلل بالقصب، ولا بالأس ولا بالرمان»، وقال صلى الله عليه وآله: «إنهن يحركن عرق الآكلة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: ناول النبي صلى الله عليه وآله جعفر بن أبي طالب خلافاً، فقال: «يا جعفر، تخلل، فإنه مصلحة للقم (أو قال: للثة) ومجلبة للرزق»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧٩.

(٢) الفقه المنسوب للإمام الرضا (ع): ص ٣٩١.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩١.

(٤) الكافي للكليني.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٣٤.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٣٢.

- \* عن النبي ﷺ : «تخللوا فإنه من النظافة، والنظافة من الإيمان، والإيمان مع صاحبه في الجنة»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «من استعمل الخشبين [أي الخلال والسواك] أمن عذاب الكلبين» [أي لا يحتاج إلى إدخال الكلبين إلى فمه لقطع أسنانه]<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «نزل جبرائيل على رسول الله ﷺ بالسواك والخلال والحجامة»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «لا تتخللوا بعود الريحان، ولا بقضيب الرمان، فإنهما يهيجان عرق الجذام»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام : «من حق الخلال أن تدير لسانك في فمك، فما أجابك بتبلعه، وما امتنع تحركه بالخلال، ثم تخرجه فتلفظه»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام قال: حدثني أبي عن الحسين بن علي عليه السلام قال: كان أمير المؤمنين عليه السلام يأمرنا إذا تخللنا (أي أخرجنا فضلات ما بين أسناننا) ألا نشرب الماء حتى نتمضمض ثلاثاً»<sup>(٦)</sup>.

## التفاح

### فوائده:

التفاح غني بالأملاح، مثل الكالسيوم والفسفور والحديد والبوتاسيوم، وبالفيتامينات، مثل فيتامين B و C. ومن هنا جاءت الفائدة المميزة لخلل

- 
- (١) رمز الصحة للدهرخي: ص ٥.
  - (٢) رمز الصحة للدهرخي: ص ٥.
  - (٣) المحاسن للبرقي: ص ٥٥٨.
  - (٤) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٦٣.
  - (٥) مكارم الأخلاق: ص ١٤٥.
  - (٦) صحيفة الرضا (ع): ص ٨٩.

التفاح الذي يحتوي على هذه المواد المفيدة<sup>(١)</sup>.

\* قال النبي ﷺ: «كلوا التفاح على الريق، فإنه نضوح المعدة (أي يطيبها ويفسحها وينظفها)<sup>(٢)</sup>.

\* في وصايا النبي ﷺ لعلي عليه السلام: «يا علي، تسعة أشياء تورث النسيان: أكل التفاح الحامض وأكل الكزبرة والجبن<sup>(٣)</sup>...»

\* في الحديث: إن التفاح يورث النسيان، وذلك لأنه يولد في المعدة لزوجة<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «عليكم بالتفاح فكلوه، فإنه نضوح المعدة<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «كلوا التفاح، فإنه يدبغ المعدة<sup>(٦)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام قال: «إذا أردت أن تأكل التفاح فشمه ثم كله. ألا فإنك إذا فعلت ذلك أخرج من بدنك كل داء وغائلة، ويسكن ما يوجد من قبل الأرواح كلها<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لو يعلم الناس ما في التفاح ما داووا مرضاهم إلا به. ألا إنه أسرع شيء منفعةً للنفوس خاصة، فانه يفرّحه<sup>(٨)</sup>.

\* وعنه عليه السلام: «أطعموا محبوسكم التفاح فما من شيء أنفع من التفاح<sup>(٩)</sup>.

\* عن أبي يوسف القندي قال: أصاب الناس وباء ونحن بمكة فأصابني، فكتبت

---

(١) انظر كيفية صناعة خل التفاح في مادة: الخل.

(٢) رمز الصحة: ص ١٥٥.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ١٢٨.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٣.

(٥) رمز الصحة: ص ١٥٥.

(٦) الكافي للكليني.

(٧) طب الأئمة (ع): ص ١٣٥.

(٨) طب الأئمة: ص ١٣٥، والكافي للكليني.

(٩) رمز الصحة: ص ٣٣.

- إلى أبي الحسن الكاظم عليه السلام فكتب إليّ: «كل التفاح» فأكلته فعوفيت<sup>(١)</sup>.
- \* عن أبي يوسف القندي قال: دخلت المدينة ومعني أخي سيف فأصاب الناس الرعاف، وكان الرجل إذا رعف يومين مات.
- فرجعت إلى المنزل فإذا سيف أخي يرعف رعافاً شديداً. فدخلت على أبي عبد الله عليه السلام فقال: «يا زياد أطعم سيفاً التفاح». فرجعت فأطعمته إياه فبرىء<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «كل التفاح فإنه يطفىء الحرارة ويبرد الجوف ويذهب بالحمى (في خبر آخر) يذهب بالوباء»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام ذكرت له الحمى، فقال: «إنا أهل بيت لا نتداوى إلا بإفاضة الماء البارد يصب علينا، وأكل التفاح»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن محمد بن الفيض قال: قلت [للصادق] جعلت فداك، يمرض منا المريض فيأمره المعالجون بالحمية؟ قال عليه السلام: «لا، ولكننا أهل البيت لا نحتمي إلا من التمر ونتداوى بالتفاح والماء البارد»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام رأى أحد أصحابه بين يديه تفاحاً أخضر، فقال له: أتناكل من هذا والناس يكرهونه؟ فقال: «وعكت (أي أصابني الحمى) في ليلتي هذه فبعثت فأنتيت به فأكلته، وهو يقلع الحمى ويسكن الحرارة»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «ما أعرف للسموم دواء أنفع من سويق التفاح»<sup>(٧)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٧، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٦.

(٣) وسائل الشيعة للحر العاملي: ج ٣، ص ٣٠.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٩٣، عن المحاسن للبرقي.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ١٤٠.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٩٣.

(٧) الكافي للكليني.



• عن الصادق عليه السلام: «كل التفاح فإنه يطفي الحرارة، ويبرد الجوف ويذهب بالحمى»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «خمس من فاكهة الجنة في الدنيا: الرمان الملاسي، والتفاح الشعشاعي (الأصفهاني)، والسفرجل، والعنب، والرطب المشان»<sup>(٢)</sup>.

• عن أبي بكير، قال: رفعت، فسل الإمام الصادق عليه السلام في ذلك فقال: «اسقوه سويق التفاح» فانقطع الرعاف<sup>(٣)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «في التفاح شفاء من خصال، من السم والسكر واللمم [هو جنون خفيف] يعرض من أهل الأرض، والبلغم الغالب وليس شيء أسرع منه منفعة»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام أن رسول الله ﷺ كان يعجبه النظر إلى الأترج الأخضر والتفاح الأحمر<sup>(٥)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «أكل التفاح نضوح للمعدة» [النضوح هو الإزالة، فأكل التفاح يزيل الأوساخ من خلة المعدة وينظفها وينقيها]<sup>(٦)</sup>.

## التمر (والرطب)

### تركيبه:

يتكون التمر بشكل رئيسي من سكريات بنسبة ٦٤٪ و بروتين ٢٠٪. وبعض الأملاح مثل الكالسيوم والحديد. ويحتوي على عدد كبير من

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٥، من المحاسن: ص ٥٥١.

(٢) المحاسن والخصال: ج ١، ص ٢٨٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩٣.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٣.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٦.

(٦) الخصال: ج ٢، ص ٦١٢.

الفيتامينات، مثل فيتامين A، وتقوم هذه الفيتامينات بتقوية الأعصاب وتلين الأوعية الدموية، كما أنها ترطب الأمعاء وتحفظها من الالتهاب والضعف.

إذن فالتمر غني بالسكريات، وخاصة سكر الفواكه (فركتوز) وسكر العنب (غلوكوز) شأنه في ذلك شأن العسل. وميزة هذه السكاكر أنها سريعة الامتصاص، سهلة التمثل في الجسم، تذهب مباشرة إلى الدم، وتهب العضلات القوة والنشاط، لذلك يستحب تناول التمر للصائمين، لتوفير السكريات للجسم خلال دقائق.

### فوائده:

والسكريات الموجودة في التمر لا تنحصر فائدها في منح الحرارة والقدرة والنشاط، بل وانها تعمل على غسل الكلى وتنظيف الكبد، وبهذا فالتمر أفضل غذاء يقدم لمرضى عجز الكلية والكبد والمرارة، وعجز القلب، وجميع الأمراض الأخرى التي يجب الابتعاد فيها عن البروتينات والدهنيات، وتحتاج إلى حريرات عالية لتغطية حاجة الجسم.

إضافة لذلك فإن التمر يزود الجسم ببعض الأملاح الهامة، مثل مركبات المغنسيوم والنحاس والكبريت والحديد والكالسيوم والبوتاسيوم. كما يحتوي على عنصر الفلور، الذي يحافظ على عدم تسوس الأسنان، عدا عن احتوائه على الكالسيوم والفسفور اللذين يساهمان في بناء السن.

هذا ويوصف التمر كمادة أساسية لغذاء الحامل حسب تجارب العلم الحديث، وذلك لاحتوائه على السكريات والفيتامينات ولتجهيزه بكمية من الحديد للمرأة وطفلها. ولهذا يعتبر تناول التمر مع الحليب غذاء كاملاً للإنسان.

كما ثبت علمياً أن مكونات التمر، وخاصة الحوامض التي فيه، تساعد على القضاء على عدد من الديدان في الجسم. إضافة إلى أن التمر يساعد على خروج البلغم (التقشع) من جهاز التنفس.

ولجملة هذه الفوائد أوصى النبي ﷺ والأئمة الأطهار ﷺ بتناول التمر، وخاصة على الريق، وذكروا في أحاديثهم أغلب فوائد السابقة<sup>(١)</sup>.

وقد بينت الدراسات الحديثة على أن التمر إضافة لمنافعه الطبية الجمة، فهو نافع ضد مرض السرطان أيضاً، وذلك لما يحتويه من مادة (المغنزيوم) التي لها العلاقة الوثيقة مع السرطان، وقد ثبت لدى الدارسين أن الأراضي التي تزرع التمر بكثرة، يكون أهلها قليلي الإصابة بهذا المرض<sup>(٢)</sup>.

والرطب تلين الطبع، وتزيد في المنى، ومع الخيار والخس أنفع. أما التمر فإذا مضغ بعد أكل الثوم فإنه يقطع رائحته.

## الروايات:

\* قال رسول الله ﷺ: «إن من الشجر شجرة لا يسقط ورقها، وإنها مثل المسلم، فحذثوني ما هي؟ فوق الناس في شجر البوادي. ثم قالوا: حدّثنا ما هي يا رسول الله؟ قال: هي النخلة. فإن النخلة من حين تطلع إلى حين تيسر تؤكل أنواعاً، ثم يُنتفع بجميع أجزائها، كذلك بركة المسلم عامة في جميع الأحوال، ونفعه مستمر له ولغيره»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «كلوا التمر على الريق، فإنه يقتل الديدان في البطن»<sup>(٤)</sup>.

(١) مجموعة الآثار للإمام الرضا (ع): ج ٢، ص ٣٢٧.

(٢) عجائب المخلوقات للقرظيني: ج ٢، ص ١٧٨.

(٣) تفسير الجلالين، تفسير الآية ٥ من سورة الرعد.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٥١.

\* عن النبي ﷺ : «من وجد التمر فليفطر عليه، ومن لم يجد فليفطر على الماء فإنه طهور»<sup>(١)</sup>.

\* أهدي إلى رسول الله ﷺ تمر بَزَنِي من تمر اليمامة، فقال: أكثر لنا من هذه التمر. فهبط عليه جبرئيل فقال: «التمر البرني، يشبع ويهنيء ويمرء، وهو الدواء ولا داء له، ومع كل ثمرة حسنة، ويرضي الرحمن، ويسخط الشيطان، ويزيد في ماء فقار الظهر»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام أن رسول الله ﷺ أهدي إليه تمر، فقال: «أي تمر يكم هذا؟ قالوا: البرني يا رسول الله. فقال: هذا جبرئيل يخبرني أن في تمر كم هذا تسع خصال: يخبل الشيطان، ويقوي الظهر، ويزيد في المجامعة، ويزيد في السمع، والبصر، ويقرب من الله، ويباعد من الشيطان، ويهضم الطعام، ويذهب بالداء، ويطيب النكهة»<sup>(٣)</sup>.

\* عن محمد بن الفيض، قال: قلت [للصادق]: جعلت فداك يمرض منا المريض فيأمره المعالجون بالحمية؟ قال: «لا ولكن أهل البيت لا نتحمى إلا من التمر، وتندأى بالتفاح والماء البارد»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «إذا ولدت المرأة فليكن أول ما تأكل الرطب الحلو أو التمر، فإنه لو كان شيء أفضل منه أطعمه الله تعالى مريم حين ولدت عيسى عليه السلام»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «ما تأكل الحامل من شيء، ولا تتداوى به أفضل من الرطب. قال الله عز وجل لمريم: ﴿وَهَرِّزِي إِلَيْكَ إِلْحَاقَهُ﴾ فَأَنقَلَبَتْ رُطْبًا جَنِينًا ﴿فَكُلِي وَأَرْضِي وَأَرْضِي عَيْنًا﴾»<sup>(٦)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٨.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ١٠٧، عن المحاسن للبرقي.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ١٤٠.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٦) سورة مريم، الآيتان: ٢٥، ٢٦.

- \* عن الإمام علي عليه السلام: «خير تموركم البرّني، فأطعموه نساءكم في نفاسهن، تخرج أولادكم حلماً» (وفي رواية): «تجملوا أولادكم»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «حنكوا أولادكم بالتمر، فهكذا فعل رسول الله ﷺ بالحسن والحسين عليهما السلام»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «خالفوا أصحاب المسكر، وكلوا التمر، فإن فيه شفاء من الأدواء»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الحسين عليه السلام: «إن رسول الله ﷺ أول ما يفطر عليه في زمن الرطب الرطب، وفي زمن التمر التمر»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام أو الصادق عليه السلام في قول الله عز وجل: ﴿فَلْيَنْظُرِ آيَاتُ أَزْكَى طَعَامًا فَلْيَأْكُلْهُم بِرِزْقِ مَنْهُ﴾، قال: «أزكى طعاماً التمر»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام: «لم يستشف النساء بمثل الرطب. إن الله أطعمه مريم عليها السلام في نفاسها»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «خمس من فاكهة الجنة في الدنيا: الرمان الملاسي، والتفاح الشعشاني، والسفرجل، والعنب، والرطب المشان»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «من أكل في كل يوم سبع تمرات عجوة على الريق من تمر العالية (منطقة شرق المدينة المنورة) لم يضره سم، ولا سحر شيطان»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «من بات وفي جوفه سمك، لم يتبعه بتمر أو عسل، لم

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٦٩.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨ عن الخصال.

(٣) الوسائل: ج ١٧، ص ١٠٤.

(٤) رمز الصحة للدهرخي: ص ١٥٧.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٣، عن فروع الكافي والمحاسن.

(٦) رمز الصحة للدهرخي: ص ١٥٦.

(٧) المحاسن، والخصال للصلوق: ج ١، ص ٢٨٩.

(٨) الكافي للكليني.

- يزل عرق الفالج يضرب عليه حتى يصبح»<sup>(١)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «أطعموا نساءكم التمر البرني في نفاسهن، تُجَمَلُوا أولادكم»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «ما قدم لرسول الله ﷺ طعام فيه تمر، إلا بدأ بالتمر»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «كان حلواء رسول الله ﷺ التمر»<sup>(٤)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «خير تمروركم البرني (أصله بَرْنِيك فارسي معرب، ومعناه: الحمل الجيد) يذهب بالداء ولا داء فيه، ويذهب بالإعياء، ويشيع، ويذهب بالبلغم، ومع كل تمر حنة، ويمرء»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام قال عن التمر: «إن فيه شفاء من السم، وإنه لا داء فيه ولا غائلة. وإن من أكل سبع تمرات عجوة عند منامه قُتِلَت الديدان في بطنه»<sup>(٦)</sup>.
- عن الكاظم عليه السلام: «كتب إليه أحد أصحابه أنه يشكو البخر، فقال كل التمر البرني»<sup>(٧)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام: «إن النبي ﷺ أتني ببطيخ ورطب، فأكل منهما، وقال: «هذان الأطيبان»<sup>(٨)</sup>.
- من حديث عبد الله بن جعفر، قال: رأيت رسول الله ﷺ يأكل الرطب بالقش»<sup>(٩)</sup>.

- 
- (١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.
- (٢) مكارم الأخلاق: ص ١٦٩.
- (٣) رمز الصحة للدهرخي: ص ١٥٧.
- (٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٣.
- (٥) المحاسن للبرقي: ص ٥٣٣.
- (٦) فروع الكافي للكليني: ج ٦، ص ٣٤٩، والمحاسن: ص ٥٣٢.
- (٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٧.
- (٨) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.
- (٩) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٨٠، عن الترمذي وغيره.

\* قالت عائشة: سَمَّنُونِي بكل شيء فلم أسمن، فسمنوني بالقثاء والرطب، فسمنتُ<sup>(١)</sup>.

## التين

نحو الفلده:

ثبت حديثاً أن التين علاج مانع للسرطان، لاحتوائه على مادة فعالة هي زيت اللوز المر (البز الدهيد)، وأن تناول التين يخفض نمو الورم السرطاني بمعدل ٤٠٪ وزناً.

والتين يستعمل كمخفف للالتهابات ومساعد على وقف النزف، ومخفض من ارتفاع الحرارة، ومساعد على الهضم، ومساعد على التخلص من الإمساك. ولجملة هذه الفوائد أقسم سبحانه بالتين في سورة التين بقوله: ﴿وَالَّتِينَ وَالزَّيْتُونَ \* وَطُورِ سِينِينَ \* وَهَذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ﴾<sup>(٢)</sup>.

والتين من أصح الفواكه غذاءً إذا أكل على الجوع، ولم يتبعه بشيء من الأكل. وإذا داوم على الفطور منه مدة أربعين صباحاً مع الأنيسون سَمَنَ تسميناً لا يعدله فيه شيء.

ويفتح التين الشَّدَد (أي سد الأمعاء) ويقوي الكبد وينفع في البواسير ويذهب الطحال والباسور وعسر البول وهزال الكلى والخفقان وعسر النَّفَس والسعال وأوجاع الصدر. وإذا أكل مع الجوز كان أماناً من السموم القتالة، ومع السَّذاب ينوب مناب الترياق. ومع اللوز والفسق يصلح الأبدان النحيفة، ويزيد في العقل وجوهر الدماغ. وينفع من القولنج والفالج والأمراض الرطبة،

(١) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٨١.

(٢) المصدر: نشرة بعنوان: التين كعامل في منع الأورام، إعداد محمد أسامة القونلي والدكتور ظافر عطار - دمشق.

والرطب منه أفضل من اليبس في ذلك كله .

ولبن التين البري يجمد الحليب ويعمل منه الجبن مثل الإنفحة<sup>(١)</sup> .

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ : «أكل التين أمان من القولنج» . . .<sup>(٢)</sup> .

\* عن النبي ﷺ : «كلوا التين الرطب واليبس» ، فإِنَّه يزيد في الجماع ، ويقطع البواسير ، وينفع من النقرس ، والإمرونة (أي البرد الذي يصاب به الجوف)<sup>(٣)</sup> .

\* عن النبي ﷺ : «كلوا التين ، فإن على كل ناحية منه بسم الله القوي»<sup>(٤)</sup> .

\* في الحديث : من أراد أن يرق قلبه ، فليدمن أكل التين (وهو التين)<sup>(٥)</sup> .

\* عن أبي ذر قال : أهدني إلى النبي ﷺ طبق عليه تين ، فقال لأصحابه : «كلوا فلو قلت فاكهة نزلت من الجنة ، لقلت : هذه ، لأنها فاكهة بلا عَجَم أي نوى» فكلوها فإنها تقطع البواسير ، وتنفع من النقرس<sup>(٦)</sup> .

\* عن الإمام علي عليه السلام : «أكل التين يلين السدد ، وهو نافع لرياح القولنج . فأكثروا منه بالنهار ، واكلوه بالليل ولا تكثرُوا منه»<sup>(٧)</sup> .

\* عن الإمام علي عليه السلام : «عليكم بأكل التين ، فإنه نافع للقولنج»<sup>(٨)</sup> .

\* عن الصادق عليه السلام : «إن التين يذهب بالبخر (أي رائحة الفم) ، ويشد

---

(١) مفردات النباتات الطبية ، إعداد محمد صالح دهمش : ص ١٣٧ .

(٢) البحار : ج ٦٢ ، ص ٢٩٦ .

(٣) مكارم الأخلاق : ص ١٧٤ .

(٤) رمز الصحة للدهرخي : ص ١٦٣ .

(٥) مكارم الأخلاق : ص ١٧٣ .

(٦) مكارم الأخلاق : ص ١٧٣ .

(٧) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٧ .

(٨) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٧ .



العظم، وينبت الشعر، ويذهب بالداء، ولا يحتاج معه إلى دواء»<sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «التين أشبه شيء بنبات الجنة، وهو يذهب بالبخر»<sup>(٢)</sup>.

\* وفي ذلك قال الشاعر ابن الأَسم في منظومته :

والتين مما جاء فيه السنة      أشبه شيء بنبات الجنة  
ينفي البواسير وكل الداء      ومعه لم يُحتسج إلى دواء

\* أوحى الله تعالى إلى (شعيا) أن يداوي ملكهم قرحة ساقه بماء التين<sup>(٣)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٣، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٣.

(٣) البحار: ج ١٤، ص ١٦٢.

## حرف الثاء

### الثوم

فوائده:

الثوم مضاد حيوي يقارب البنسلين والستربتومايسين، ويوقف نمو الجراثيم. وغنى الثوم بالفسفور والكلس يجعل منه منشطاً للجسم، وهو محرض قوي للشهية ومهضم جيد.

وتستعمل صبغة الثوم وخلصته الجافة في الأمراض المعدية والمعدية، وفي حالات ارتفاع ضغط الدم والوزمات، وفي حالات تصلب الشرايين، والتهاب المعى الغليظ والزحار المزمن، وفي معالجة التعفّنات والاصابات المعدية والتهاب الأعور وسوء الهضم، والربو القصبي والتهاب الرئتين والانفلونزا. كما يفيد الثوم في حالات لدغ الأفاعي حيث يطبق على مكان اللدغ مباشرة. وتفيد بعض المصادر أنه تحت تأثير الثوم تقل قدرة الخلايا السرطانية على النمو<sup>(١)</sup>.

(١) النباتات الطبية واستعمالاتها للدكتور محمد المودات ١٩٨٧، ج ١، ص ٣٩.

وطبيخ الثوم ومشويه يسكن وجع الأسنان، والمضمضة بطبيخه ينفع أيضاً من وجع السن، وخصوصاً إذا خلط به الكندر (اللبان)<sup>(١)</sup>.  
ومعلوم أن الثوم يخفض ضغط الدم عند مرضى تصلب الشرايين.

## الروايات:

- \* قال النبي ﷺ: «كلوا الثوم وتداؤوا به، فإنه شفاء من سبعين داء»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «كلوا الثوم وتداؤوا به فإن فيه شفاء من سبعين داء»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «لا يصلح أكل الثوم إلا مطبوخاً»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن أبي بصير قال: سئل الإمام الصادق عليه السلام عن أكل الثوم والبصل والكراث؟ قال: «لا بأس بأكله نيئاً وفي القدور (أي مطبوخاً). ولا بأس أن يتداوى بالثوم، ولكن إذا أكل ذلك فلا يخرج أحدكم إلى المسجد»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام سأله أخوه عن أكل الثوم والبصل بالخل، قال: «لا بأس»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبية: «ومن أراد أن لا يصيبه ريح في بدنه فليأكل الثوم كل سبعة أيام مرة»<sup>(٧)</sup>.

(١) القانون لابن سينا: ص ٥٠.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٢.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٢، عن الفردوس.

(٤) الفردوس.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧٠.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧١ عن قرب الإسناد، ص ١١٦.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٥.

## حرف الجيم

### الجبن

مضاره:

وردت بعض الروايات تذم أكل الجبن لأنه يهزل الجسم ويزيد في النسيان والنوم. ويزول ضرر الجبن إذا أكل معه الجوز. وروي أن مضرة الجبن في قشره، وأنه ضار بالغداة نافع بالعشي.

الروايات:

- قال النبي ﷺ: «ما من امرأة حامل أكلت البطيخ بالجبن، إلا ويكون مولودها حسن الوجه والخلق»<sup>(١)</sup>.
- كان النبي ﷺ يأكل القثاء بالملح، ويأكل البطيخ بالجبن<sup>(٢)</sup>.
- في وصايا النبي ﷺ لعلي عليه السلام: «يا علي تسعة أشياء تورث النسيان:

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

أكل التفاح الحامض، وأكل الكزبرة، والجبن...»<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «كلوا الجبن، فإنه يورث النعاس، ويهضم الطعام»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «إن الجبن والجوز إذا اجتمعا كانا دواء، وإذا افترقا كانا داء»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الجبن يهضم الطعام قبله، ويشهي ما بعده»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «نعم اللقمة الجبن، يطيب النكهة، ويهضم ما قبله ويمرء ما بعده»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «نعم اللقمة الجبن، تعذب الفم، وتطيب النكهة، وتهضم ما قبله وتشهي الطعام، ومن يعتمد أكله رأس الشهر أو شك أن لا ترد له حاجة»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام قال عن الجبن: «هو ضار بالغداة، نافع بالعشي، ويزيد في ماء الظهر»<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الجبن والجوز في كل واحد منهما الشفاء، وإذا افترقا كان في كل واحد منهما الداء»<sup>(٨)</sup>.

## الجذام

• قال النبي ﷺ: «إياكم وأكل الغدد فإنه يحرك الجذام».

(١) البحار: ج ٦٢، ص ١٢٨.

(٢) رمز الصحة للدهسرخي: ص ١٨.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٣.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٣.

(٥) دعوات الراوندي، والبحار: ج ٦٦، ص ١٠٥.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٤.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٢.

(٨) مكارم الأخلاق: ص ١٨٩.

وقال **عليه السلام** : «عوفيت اليهود لتركهم أكل الغد»<sup>(١)</sup>.

• عن النبي **ﷺ** : «فرّ من المجذوم فرارك من الأسد» (ربما لأن الأسد يصاب بهذا الداء أكثر من غيره)<sup>(٢)</sup>.

• عن النبي **ﷺ** : «من أكل الجرجير بالليل، ضرب عليه عرق الجذام من أنفه، ويات ينزف الدم».

• عن الإمام علي **عليه السلام** : «أخذُ الشارب (أي تقصيره) من الجمعة إلى الجمعة، أمان من الجذام، والشعر في الأنف أمان منه أيضاً»<sup>(٣)</sup>.<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق **عليه السلام** : «لا يكلم الرجل مجذوماً إلا أن يكون بينهما قدر ذراع (وفي لفظ آخر) قدر رمح»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق **عليه السلام** ، يقول في الغبراء : «... ويقمع عرق الجذام بإذن الله تعالى»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق **عليه السلام** ، سئل عن الكراث، فقال : «كُله، فإن فيه أربع خصال : يطيب النكهة، ويطرد الرياح، ويقطع البواسير، وهو أمان من الجذام لمن أدمن عليه»<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق **عليه السلام** : «الكرفس يورث الحفظ، ويذكي القلب، وينفي الجنون والجذام والبرص»<sup>(٨)</sup>.

• عن الصادق **عليه السلام** : «إن الله رفع عن اليهود الجذام، بأكلهم السلق وقلمهم

---

(١) طب الأئمة : ١٠٥.

(٢) طب الصادق : ص ٣٥.

(٣) المحاسن للبرقي

(٤) طب الأئمة : ص ١٠٦.

(٥) طب الصادق (ع) : ص ٣٥.

(٦) مكارم الأخلاق : ص ١٧٦.

(٧) الخصال للصدوق : ج ١، ص ٢٥٠.

(٨) البحار : ج ٦٢، ص ٢٨٤.

- العروق «أي قطع العروق من اللحم وإخراجها»<sup>(١)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام قال عن السنا: «أما إنه أمان من البهق والبرص والجذام والجنون والفالج واللقوة...»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام قال عن الحرمل: «وهو شفاء من سبعين داء أهونها الجذام»<sup>(٣)</sup>.
- عن الكاظم عليه السلام: «من أكل مرقاً بلحم البقر، أذهب الله عنه البرص والجذام»<sup>(٤)</sup>.
- عن علي بن مسيب، قال: قال العبد الصالح عليه السلام: «عليك باللفت - يعني الشلجم - فكله، فإنه ليس من أحد إلا وبه عرق من الجذام، وإنما يذيبه أكل اللفت. قلت: نياً أو مطبوخاً؟ قال: كلاهما»<sup>(٥)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام: «الحناء بعد النورة أمان من الجذام والبرص»<sup>(٦)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام: «عليكم بالملح فإنه شفاء من سبعين داء منها الجذام والبرص والجنون»<sup>(٧)</sup>.

## الجزر

فوائده:

يطبخ أصله بالعسل ويؤكل منه كل يوم خمسة دراهم، فإنه يزيد في الباه زيادة عظيمة، ويقوي الكلية<sup>(٨)</sup>.

- 
- (١) المحاسن: ص ٥١٩.
- (٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٨.
- (٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٦.
- (٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢١٢ عن طب الأئمة: ص ١٠٤.
- (٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢١٤، عن طب الأئمة: ص ١٠٥.
- (٦) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٦.
- (٧) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.
- (٨) عجائب المخلوقات، بذيل حياة الحيوان الكبرى: ج ٢، ص ١٨٤.

والمربى منه أسهل مضماً، وينفع من الاستسقاء، يسكن المنفس  
وخصوصاً بزره. وكذلك ورقه يهيج الباء، ويدر الطمث والبول<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* عن الصادق عليه السلام: «الجزر أمان من القولنج، ومفيد للبواسير، ومعين على  
الجماع»<sup>(٢)</sup>.

\* عن داود بن فرقد قال: سمعت الكاظم عليه السلام يقول: أكل الجزر يسخن  
الكليتين ويقيم الذكر. قلت: جعلت فداك وكيف آكله وليس لي أسنان؟  
فقال: مر الجارية تسلقه وكله<sup>(٣)</sup>.

## الجلد

### \* راجع (البشرة)

\* عن الصادق عليه السلام يقول في الغبيراء: «إن لحمه ينبت اللحم، وعظمه ينبت  
العظم، وجلده ينبت الجلد...»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) القانون لابن سينا: ص ٥٦.

(٢) مكارم الأخلاق، ووسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٤.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٤، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.



## الجماع (الباه)

\* راجع (البصل)

\* راجع (البيض)

مدخل:

العصفور كثير السُّفاد، فربما سَفَدَ في ساعة واحدة مائة مرة، ولذلك قصر عمره، فإنه لا يعيش في الغالب أكثر من سنة.

يروى أن أبا مسلم الخراساني كان شديد الغيرة، وكان لا يأتي امرأته في السنة إلا مرة واحدة، ويقول: الجماع جنون، ويكفي الإنسان أن يجنّ في السنة مرة<sup>(١)</sup>.

\* وزعم قوم أن أعمارهم تطول لترك الجماع، كما تطول أعمار البغال.

وقالوا: إن قلة أعمار العصافير من كثرة الجماع.

\* قالوا: والعصفور شديد الوطء، والفيل خفيف الوطء<sup>(٢)</sup>.

\* ومن المواد التي تسكن الباه وتقلل الاحتلام: الكافور، الشعير، الذرة، النخالة، الدخن، ماء العدس، السذاب، مغلي النبق، السفرجل، البقلة الحمقاء، الخس.

(١) الكنى والألقاب: ج ١، ص ١٥٧.

(٢) العقد الفريد لابن عبد ربه، ج ٧، ص ٢٣١.

## الروايات:

- يكره الجماع في اليوم الذي تنكسف فيه الشمس أو القمر، أو تكون فيه الزلزلة والرياح السوداء والرياح الحمراء والصفراء.
- \* قال النبي ﷺ: «لا تجامع امرأتك في أول الشهر ووسطه وآخره، فإن الجنون والخبل يسرع إليها وإلى ولدها»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «من جامع امرأته وهي حائض، فخرج الولد مجذوماً أو أبرص، فلا يلومن إلا نفسه»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ قال: «والذي نفسي بيده لو أن رجلاً غشي امرأته، وفي البيت صبي مستيقظ، يراهما ويسمع كلامهما ونفسهما، ما أفلح أبداً. إن كان غلاماً كان زانياً، وإن كانت جارية كانت زانية»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «إن الريح الطيبة تشد القلب وتزيد في الجماع»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «كلوا التين الرطب واليابس، فإنه يزيد في الجماع...»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «من أكل الذُّبَابَ بالعدس، رق قلبه عند ذكر الله، وزاد جماعه»<sup>(٦)</sup>.
- \* قال النبي ﷺ: «الحناء خضاب الإسلام، يزيد في المؤمن عمله، ويذهب بالصداع، ويحدّ البصر، ويزيد في الوقاع (أي الجماع)، وهو سيد الرياحين في الدنيا والآخرة»<sup>(٧)</sup>.

(١) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٤٠٩.

(٢) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٣٩٢.

(٣) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٤٤٠.

(٤) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٤٤٣.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٧٤.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٧٧.

(٧) البحار: ج ٥٩، ص ٢٩٩.

• نهى رسول الله ﷺ أن يكثر (الرجل) الكلام عند المجامعة، قال: «ويكون منه خرس الولد»<sup>(١)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «من أكثر المناكح غشيته الفسائح»<sup>(٢)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام سئل عن الجماع فقال: «حياء يُرفع، وعورات تجتمع، أشبه شيء بالجنون. الإصرار عليه هرم، والإفاقة منه ندم. ثمرة حلاله الولد، إن عاش فتن، وإن مات حزن»<sup>(٣)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «من أراد البقاء ولا بقاء، فليباكر الغذاء وليخفف الرداء وليقل غشيان النساء»<sup>(٤)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «أكل السفرجل يزيد في قوة الرجل ويذهب بضعفه»<sup>(٥)</sup>.

• عن زين العابدين عليه السلام: «أربعة تُهرم قبل الهرم: أكل القديد، والقعود على النداء، والصعود في الدرج، ومجامعة العجوز»<sup>(٦)</sup>.

• عن الباقر عليه السلام عن الإمام علي عليه السلام قال: «إذا كان بأحدكم أوجاع في جسده وقد غلبته الحرارة فعليه بالفراش. قيل للباقر عليه السلام: يا بن رسول الله وما معنى الفراش؟ قال: غشيان النساء، فإنه يسكنه ويطفئه»<sup>(٧)</sup>.

• عن الباقر عليه السلام: «واعلم أنه من لا يتجنب اللهو واللذة عند ظهور الآيات كان ممن يتخذ آيات الله هزواً»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ٤٢٥.

(٢) غرر الحكم.

(٣) غرر الحكم للآمدني.

(٤) البحار: ج ٥٩، ص ٢٦٧.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

(٦) تحف العقول لابن شعبة الحراني ص ٣١٥.

(٧) طب الأئمة (ع): ص ٩٤.

(٨) طب الأئمة (ع): ص ١٣١.

\* عن جابر، قال لي الإمام الباقر عليه السلام : «إياك والجماع حيث يراك صبي يحسن أن يصف حالك...»<sup>(١)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام : «لا تجامع الحرة بين يدي الحرة، فأما الإمام بين يدي الإمام فلا بأس»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «الكحل يزيد في المضاجعة، والحناء يزيد فيها»<sup>(٣)</sup>.

\* سئل الصادق عليه السلام عن المشوهين في خلقهم؟ فقال : «هم الذين يأتي أبائهم نساءهم في الطمث»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «اللبن الحليب نافع لمن نفر عليه ماء الظهر» (أي قل)<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «عليك بالهندباء، فإنه يزيد في الماء ويحسن اللون، وهو حار لين، يزيد في الولد الذكور»<sup>(٦)</sup>.

\* عن أبي بصير عن الصادق عليه السلام أنه قال : «إياك أن تجامع أهلك وصبي ينظر إليك، فإن رسول الله ﷺ كان يكره ذلك أشد كراهة»<sup>(٧)</sup>.

\* قال رجل للصادق عليه السلام : «إني أشتري الجواري، فأحب أن تعلمني شيئاً أقوى به عليهن. فقال : «خذ بصلاً أبيض فقطعه صفاراً واقله بالزيت، ثم خذ بيضاً فاقصعه في قصعة وذر عليه شيئاً من الملح، ثم أكتبه على البصل، واقله وكل منه». قال الرجل : ففعلته فكنت لا أريد منهن شيئاً إلا نلت»<sup>(٨)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «كلوا البصل، فإن له ثلاث خصال : يطيب النكهة،

---

(١) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٣.

(٢) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٣.

(٣) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٠.

(٤) طب الأئمة (ع) : ص ٣٩٢.

(٥) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٠.

(٦) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٠.

(٧) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٣.

(٨) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٠.

- ويشد اللثة، ويزيد في الماء والجماع»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «ذكر عنده البصل فقال: «يطيب النكهة، ويذهب بالبلغم ويزيد في الجماع»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «الجزر أمان من القولنج، ومفيد للبواسير، ومعين على الجماع»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «شربة السويق بالزيت تنبت اللحم وتشد العظم، وترق البشرة، وتزيد في الباه»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «إن نبياً من الأنبياء شكاً إلى الله الضعف وقلة الجماع، فأمره بأكل الهريسة» (وهي حب مهروس مع اللحم)<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «اتخذوا في أسنانكم السُّعد، فإنه يطيب الفم، ويزيد في الجماع»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «كلوا البطيخ فإن فيه عشر خصال مجتمعة: ... ويزيد في الباه»<sup>(٧)</sup>.
- \* سئل الإمام الصادق عليه السلام: «أي شيء ألد؟ فقال: ألد الأشياء مباضعة النساء»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «ما تُلذذ الناس في الدنيا والآخرة بلذة أكثر لهم من لذة النساء»<sup>(٩)</sup>.

---

(١) الفصول المهمة للحر العاملي: ص ١٣٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٣ نحوه.

(٣) الفصول المهمة للحر العاملي.

(٤) المحاسن للبرقي.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٩، عن فروع الكافي.

(٦) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٦٣، والكافي ج ٦، ص ٣٧٩.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٨٥.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٤، ص ١٠.

(٩) وسائل الشيعة: ج ١٤، ص ١٠.

• عن الكاظم عليه السلام قال: «لا بأس بالعزل في ستة وجوه: المرأة التي أيقنت أنها لا تلد، والمستنة، والمرأة السليطة، والبذية، والمرأة التي لا ترضع ولدها، والامة»<sup>(١)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام قال: «لا أرى بأكل لحم الجباري بأساً، لأنه جيد للبواسير، ووجع الظهر، وهو مما يعين على الجماع»<sup>(٢)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «أربع من خصال الأنبياء: التطيب والتنظف وحلق الجسد بالنورة وكثرة الطروقة» (أي إتيان الزوجة)<sup>(٣)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «لا تخلون جوفك من طعام، وأقل من شرب الماء، ولا تجامع إلا من سبق ونعم البقلة السلق»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام قال للمأمون في الرسالة المذهبة: «واتيان المرأة الحائض يورث الجذام في الولد، والجماع من غير إهراق الماء على أثره يوجب الحصاة، والجماع بعد الجماع من غير فصل بينهما بغسل يورث للولد الجنون»<sup>(٥)</sup>.

• وقال الرضا عليه السلام فيها: «لا تقرب النساء من أول الليل صيفاً ولا شتاءً، وذلك لأن المعدة والعروق تكون ممتلئة، وهو غير محمود، إذ يتولد منه القولنج والفالج واللقوة والقرس والحصاة، وتقطير البول، والفتق، وضعف البصر. فإذا أردت ذلك فليكن في آخر الليل، فإنه أصلح للبدن، وأرجى للولد، وأزكى للعقل في الولد الذي يقضي الله بينهما. ولا تجامع امرأة حتى تلاعبها، وتكثر ملامعتها، وتغمر ثدييها، فإنك إذا فعلت ذلك غلبت شهوتها واجتمع ماؤها، لأن ماءها يخرج من ثدييها، والشهوة تظهر من وجهها وعينيها، واشتدت منك الذي تشتهي منها.

(١) الخصال: ج ١، ص ٣٢٩.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٦١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤٠.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨١.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢١.

ولا تجامع النساء إلا وهي طاهرة. فإذا فعلت ذلك فلا تقم قائماً، ولا تجلس جالساً، ولكن تميل على يمينك. ثم انهض للبول إذا فرغت من ساعتك، فإنك تأمن الحصاة بإذن الله تعالى، ثم اغتسل، واشرب من ساعتك شيئاً من الموميائي بشراب العسل، أو بعسل منزوع الرغوة، فإنه يردّ من الماء مثل الذي خرج منك<sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «ومن أراد أن لا يجد الحصاة وعسر البول فلا يحبس المعنى عند نزول الشهوة، ولا يطيل المكث على النساء»<sup>(٢)</sup>.

\* عن أحمد بن إسحاق قال: كتبت إلى أبي محمد العسكري عليه السلام أسأله عن الاسقنقور يدخل في دواء الباءة، له مخالب وذنب (يشبه أبو بريص) أيجوز أن يشرب؟ فقال: «إن كان له قشور فلا بأس»<sup>(٣)</sup>.

\* ذكر السيد عبد الله البوشهري الخولنجاني شيئاً من خواصه، وقال: إذا أخذ منه درهم ويسحق وينخل، ويذر على مقدار نصف رطل من لبن حليب بقري، ويشرب على الريق، فإنه غاية في أمر الباءة<sup>(٤)</sup>.

\* قال بعض السلف: ينبغي للرجل أن يتعاهد من نفسه ثلاثاً: ينبغي أن لا يدع المشي، فإن احتاج إليه يوماً قدر عليه، وينبغي أن لا يدع الأكل، فإن أمعاه تضيق، وينبغي أن لا يدع الجماع فإن البثر إذا لم تترج ذهب ماؤها<sup>(٥)</sup>.

\* قال الشافعي: أربعة تزيد في الجماع: أكل العصافير، والأطريفل، والفسق، والخروب<sup>(٦)</sup>.

\* قال القزويني: الدراج طير مبارك... ويؤكل لحمها وتحس مرقها فإنها

(١) بحار الأنوار: ج ٦٢، ص ٣٢٧.

(٢) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٤٤٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٦٢.

(٤) التحفة الرضوية في مجربات الإمامية ص ٧٤، عن السحاب اللثالي.

(٥) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ١٩٤.

(٦) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣٢٠.

تزيد في الباه وتقوي الشهوة، والمداومة على أكل لحمه، يزيد في الدماغ والفهم... والمني<sup>(١)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «يستحب للمسلم أن يأتي أهله في أول ليلة من شهر رمضان، لقول الله تبارك وتعالى: ﴿أَيُّ لَكُمْ لَيْلَةَ الْقِيَامِ الرَّفْتُ إِلَى نِسَائِكُمْ﴾»<sup>(٢)</sup>. والرفث: المجامعة<sup>(٣)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «إذا أراد أحدكم أن يأتي زوجته فلا يعجلها؛ فإن للنساء حوائج»<sup>(٤)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «إذا رأى أحدكم امرأة تعجبه فليأت أهله، فإن عند أهله مثل ما رأى»<sup>(٥)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «إذا نظر أحدكم إلى امرأة تعجبه فليلامس أهله، فإنما هي امرأة كامرة»<sup>(٦)</sup>.

## الجنابة

• قال النبي صلى الله عليه وآله: «خمس خصال تورث البرص: ... والأكل على الجنابة وغشيان المرأة في حيضها...»<sup>(٧)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام قال: «نهى رسول الله صلى الله عليه وآله عن الأكل على الجنابة، وقال: إنه يورث الفقر»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) عجائب المخلوقات، بذييل حياة الحيوان الكبرى للدميري: ج ٢، ص ٢٧٥.

(٢) سورة البقرة، الآية: ١٨٧.

(٣) الخصال: ج ٢، ص ٦١٢.

(٤) الخصال: ج ٢، ص ٦٣٧.

(٥) الخصال: ج ٢، ص ٦٣٧.

(٦) نهج البلاغة، الحكمة: ٤٣٠.

(٧) الخصال للصلوق: ج ١، ص ٢٧٠.

(٨) مكارم الأخلاق: ص ٤٢٤.



- \* عن الإمام علي عليه السلام : «لا ينام المسلم وهو جنب، ولا ينام إلا على طهور، فإن لم يجد الماء فليتييم بالصعيد» (أي التراب) (١).
- \* عن الباقر عليه السلام : «الجنب إذا أراد أن يأكل ويشرب، غسل يده وتمضمض وغسل وجهه، وأكل وشرب» (٢).
- \* عن الرضا عليه السلام : «إن تحت كل شعرة جنابة» (٣).

## الجنون

- \* قال النبي صلى الله عليه وآله وسلم : «يا علي ثلاث يخاف منها الجنون: التفوط بين القبور، والمشي في خف واحد، والرجل ينام وحده» (٤).
- \* عن الصادق عليه السلام : «الكرفس يورث الحفظ، ويزكي القلب، وينفي الجنون والجذام والبرص» (٥).
- \* عن الرضا عليه السلام : «عليكم بالملح، فإنه شفاء من سبعين داء، منها الجذام والبرص والجنون» (٦).

## الجوز

- \* عن الإمام علي عليه السلام : «أكل الجوز في شدة الحر يهيج الحر، ويهيج القروح في الجسد، وأكله في الشتاء يسخن الكليتين، ويدفع البرد» (٧).

(١) وسائل الشيعة: ج ١، ص ٥٠١.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١، ص ٤٩٥.

(٣) فقه الرضا (ع): ص ٨٣.

(٤) البحار: ج ٧٦، ص ٣١٩، عن خصال الصدوق: ج ١، ص ١٢٦.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٤.

(٦) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٤، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

\* عن الصادق عليه السلام : «إن الجبن والجوز إذا اجتماعا كانا دواء، وإذا افترقا كانا داء»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «ثلاث لا يؤكلن ويسمن، وثلاث يؤكلن ويهزلن. فأما اللواتي يؤكلن ويهزلن، فالطلع والكسب والجوز، وأما اللواتي لا يؤكلن ويسمن، فالنورة والطيب ولبس الكتان»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال : «أربعة أشياء تجلو البصر، وتنفعن ولا تضررن. فستل عنهن، فليل له ما هي؟ فقال: السعتر والملح إذا اجتماعا، والنانخواه (الكمون الملوكي) والجوز إذا اجتماعا. قيل: ولما تصلح هذه الأربعة إذا اجتمعن؟ قال: النانخواه والجوز، يحرقان البواسير، ويطردان الريح، ويحسنان اللون، ويخشنان المعدة، ويسخنان الكلى. والسعتر والملح، يطردان الرياح من الفؤاد، ويفتحان السدد، ويحرقان البلغم، ويدران الماء، ويطيبان النكهة، ويلينان المعدة، ويذهبان بالريح الخبيثة من الفم، ويصلبان الذكر»<sup>(٣)</sup>.

## الجوع (والشبع)

\* راجع: كثرة الأكل والبطنة - حرف الألف

\* قال النبي صلى الله عليه وآله : «نور الحكمة الجوع، والتباعد من الله الشبع... لا تشبعوا فيطفيء نور المعرفة من قلوبكم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «لا يجتمع الجوع والمرض»<sup>(٥)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧ ص ٩٣، من فروع الكافي والمحاسن.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٤١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٤) البحار: ج ٧٠، ص ٧١.

(٥) مستدرک الوسائل: ج ٣، ص ٨٢.

\* عن سلمان الفارسي (رض) عن رسول الله ﷺ قال: «أكثر الناس شبعاً في الدنيا أكثرهم جوعاً في الآخرة. يا سلمان إنما الدنيا سجن المؤمن وجنة الكافر»<sup>(١)</sup>.

\* عن الهادي عليه السلام: «السهر ألد للمنام، والجوع يزيد في طيب الطعام»<sup>(٢)</sup>.

\* \* \*

---

(١) رمز الصحة للنهرخي: ص ٢٢٠.

(٢) البحار: ج ٧٨، ص ٣٦٩.

## حرف الحاء

### الحبة السوداء (الشونيز): حبة البركة

تعريفها:

الحبة السوداء هي الشونيز، وهي الكمون الأسود أو الكمون الهندي<sup>(١)</sup>.

قال ابن البيطار: هي نبات صغير دقيق العيدان، طوله نحو من شبرين أو أكثر، وله ورق صفار، على طرفه رأس شبيه بالخشخاش في شكله، طويلة مجوفة، تحوي بزرراً أسود حريفاً طيب الرائحة.

وهو عشب ينسب إلى جارية سوداء كانت في خدمة النبي ﷺ واسمها (بركة)، ويعرف أيضاً باسم الحبة السوداء.

وللنبات أوراق مركبة مجزأة تجزئاً دقيقاً، تحمل ثماراً جرابية وبزوراً سوداء. وسماء ابن البيطار: كمون أسود.

(١) بحار الأنوار: ج ٦٢، ص ٢٣١.

## فوائدها:

الحبة السوداء مقوية، منبهة، معرقة، طاردة للرياح، تحتوي على الكورتيزون الطبيعي. تضمد بها الثآليل، تشفي من الصداع، مدرة للبول، تفيد في السعال، تفيد في التجميل وحب الشباب.

الإكثار منها يضر.

إن طبع الحبة السوداء حار يابس، وهي مذهبة للنفخة، نافعة من حمى الربيع والبلغم، مفتحة للسدد والريح. وإذا دقت وعجنت بالعسل وشربت بالماء الحار أذابت الحصاة وأدرت البول والطمث، وفيها جلاء وتقطيع. وإذا دقت وربطت بخرقه من كتان، وأديم شمها نفع من الزكام البارد، وإذا نقع منها سبع حبات في لبن امرأة، وسعط به صاحب اليرقان أفاده، وإذا شرب منها وزن مثقال بماء أفاده من ضيق النفس، والضماد بها ينفع من الصداع البارد<sup>(١)</sup>.

إن الشونيز حريف مقطع البلغم، ويحل الرياح والنفخ، وتنقيته بالغة. يقطع الثآليل المنكوسة والبهق والبرص خصوصاً. يجعل مع الخل على البثور اللبئية ويحل الأورام البلغمية والصلبة. ينفع من الزكام خصوصاً فعلياً. يجعل في صرة من كتان ويطلّى على جبهة من به صداع بارد. وطبيخه بالخل ينفع من وجع الأسنان مضمضة. يقتل الديدان... ويدر الطمث إذا استعمل أياماً. ويسقى بالعسل والماء الحار للحصاة في المثانة والكلية<sup>(٢)</sup>.

استعمال الزيت: يستعمل زيت حبة البركة ضد الكحة والسعال

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٣٠.

(٢) القانون لابن سينا: ص ٢٨٨.

وأمرض الصدر، وذلك بإضافة خمس نقط من هذا الزيت للقهوة والشاي.  
والزيت مسكن معوي وطارد للغازات ومدر للطمث واللحاب، ويعمل  
على إدرار الصفراء<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* قال سعد، قال النبي ﷺ: «إن هذه الحبة فيها شفاء من كل داء إلا السام». فقلت: وما السام؟ قال: «الموت». قلت: وما الحبة السوداء؟ قال: «الشونيز» قلت: وكيف أصنع؟ قال: «تأخذ إحدى وعشرين حبة فتجعلها في خرقه، وتنقعها في الماء ليلة، فإذا أصبحت قطرت في المنخر الأيمن قطرة وفي الأيسر قطرة. فإذا كان في اليوم الثاني قطرت في الأيمن قطرتين وفي الأيسر قطرة، فإذا كان في اليوم الثالث قطرت في الأيمن قطرة وفي الأيسر قطرتين، تخالف بينهما ثلاثة أيام».

قال سعد: وتجدد الحب في كل يوم<sup>(٢)</sup>.

\* النبي ﷺ شكى رجل إليه وجعاً يجده في جوفه، فقال: «خذ شربة عسل وألق فيها ثلاث حبات شونيز (وهو الحبة السوداء) أو خمساً أو سبعمائة، واشربه تبرأ بإذن الله» ففعل ذلك الرجل فبرئ<sup>(٣)</sup>.

\* روي عن النبي ﷺ أنه دعا بالهاضوم (وهو الكمون الملكي) والصعتر والحبة السوداء، فكان يسفّه إذا أكل البياض وطعاماً له غائلة...<sup>(٤)</sup>.

\* قال النبي ﷺ: «في ليلة أسري بي إلى السماء ما مررت بملا من الملائكة إلا قالوا: يا محمد مُر أمتك بالحجامة، وخير ما تداويتم به الحجامة والشونيز

(١) النباتات الطبية والعطرية في الوطن العربي ١٩٨٨، ص ١٢٣.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٢١١.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٧٢، عن دعائم الإسلام.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨٧.

والقسط، (وهو العود الهندي)<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «في الحبة السوداء (والعسل) شفاء من كل داء إلا السام. قيل: يا رسول الله وما السام؟ قال: الموت. قال: هذان لا يميلان إلى الحرارة والبرودة، ولا إلى الطبائع، إنهما شفاء حيث وقعا»<sup>(٢)</sup>.

• عن الباقر عليه السلام، سئل عن الحمى الغيب (أي التي تأتي يوماً وتغيب يوماً) فقال: يؤخذ العسل والشونيز «يعني الحبة السوداء» ويلق منه ثلاث لعقات فإنها تنقطع، فإنهما مباركان. قال تعالى في العسل: ﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾<sup>(٣)</sup>، (٤).

• عن ذريح قال: قلت للإمام الصادق عليه السلام: إني لأجد في بطني قراقرأ ووجعاً. قال: «ما يمنعك من الحبة السوداء؟ فإن فيها شفاء من كل داء، إلا السام»<sup>(٥)</sup>.

• عن المفضل قال: شكوت إلى الإمام الصادق عليه السلام أني ألقى من البول شدة، فقال: «خذ من الشونيز في آخر الليل»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «إن في الشونيز شفاء من كل داء، فأنا آخذه للحمى والصداق والرمد ولوجع البطن، ولكل ما يعرض لي من الأوجاع فيشفيني الله عز وجل به»<sup>(٧)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «إن حبة السوداء مباركة، تخرج الداء الدفين من البدن»<sup>(٨)</sup>.

(١) رمز الصحة للدهسرخي: ص ١٩.

(٢) طب الأئمة (ع): ٦٨.

(٣) سورة النحل، الآية: ٦٩.

(٤) طب الأئمة (ع): ٥١.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ٦٨.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ٢١٢.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ٢١٢.

(٨) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

- \* عن الرضا عليه السلام : «إن حبة السوداء شفاء من كل داء إلا السام»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام : «وعليكم بالعسل وحبة السوداء»<sup>(٢)</sup>.

## الحجامة

### تعريفها:

الحجامة تعني المصّ، وسمي بها فعل الحاجم، لما فيه من مصّ الدم في موضع الشرط. فإذا استعملت بدون شرط سميت (كاسات الهوا) حيث تشعل قطنة داخل الكأس لتفريغ الهواء منه، ويوضع مباشرة على الظهر فيمتص الجلد.

### الروايات:

- \* قال النبي ﷺ : «إن أمثل ما تداويتم به الحجامة والقسط البحري»<sup>(٣)</sup>.
- \* ورد في السنة أن النبي ﷺ تداوى بالحجامة وسط رأسه من شقيقة أصابته<sup>(٤)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «إن الحجامة تصحح البدن وتشد العقل»<sup>(٥)</sup>.
- \* النبي ﷺ : ما شكأ أحد وجعاً في رأسه إلا قال له : «احتجم»، ولا شكأ إليه وجعاً في رجليه إلا قال له : «اختضب بالحناء»<sup>(٦)</sup>.

(١) فقه الرضا (ع) : ص ٣٤٦.

(٢) فقه الرضا (ع) : ص ٣٤٦.

(٣) صحيح البخاري ومسلم.

(٤) صحيح البخاري ومسلم والنسائي.

(٥) رمز الصحة للدهسرخي : ص ٣٧.

(٦) الطب النبوي لابن قيم الجوزية ص ٦٩.



- \* عن النبي ﷺ : «إذا تبيغ (أي هاج) الدم بصاحبه، فليحتجم»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «إن يكن في شيء شفاء، ففي شرطة الحجامة، أو في شربة العسل»<sup>(٢)</sup>.
- \* قال النبي ﷺ : «في ليلة أسري بي إلى السماء ما مررت بملأ من الملائكة إلا قالوا: يا محمد مُرْ أمتك بالحجامة، وخير ما تداويتم به الحجامة والشونيز (الحبة السوداء) والقسط (وهو العود الهندي)»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام عن أبيه قال: «احتجم النبي ﷺ في رأسه وبين كتفيه وفي فقه ثلاثاً، سَمَى واحدة النافعة، والأخرى المغيثة، والثالثة المنقذة»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن أبي بصير، قال أبو جعفر الباقر عليه السلام : «أي شيء يأكلون بعد الحجامة؟» فقلت: الهندباء والخل. قال: «ليس به بأس»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «الدواء أربعة: الحجامة والطلاء (أي بالنورة) والقيء والحقنة»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «خير ما تداويتم به الحجامة والسعوط والحمام والحقنة»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال: «نزل جبريل على رسول الله ﷺ بالسواك والخلال والحجامة»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «إياك والحجامة على الريق. وقال: ولا تحتجم حتى

(١) البحار: ج ٦٢، ص ١١٨، عن طب الأئمة (ع): ص ٦٩.

(٢) المحاسن للبرقي: ج ٢، ص ٣٥.

(٣) رمز الصحة للدهسرخي: ص ١٩.

(٤) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٣٧، عن معاني الأخبار.

(٥) رمز الصحة: ص ٤٠.

(٦) الفصول المهمة للحر العاملي - طب الأئمة (ع): ص ٥٥.

(٧) طب الأئمة: ص ٥٤.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٣٢.

تأكل شيئاً، فإنه أذّر للعرق وأسهل لخروجه وأقوى للبدن»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الحجامة تزيد العقل وتزيد الحافظ حفظاً»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الحجامة في الرأس هي المغيثة، تنفع من كل داء إلا السام (أي الموت)، وشبّر من الحاجبين إلى حيث بلغ إبهامه، ثم قال: ههنا»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الحجامة في الرأس، تذهب النعاس ووجع الأضراس»<sup>(٤)</sup>.

• روي عن العالم (أي الكاظم) عليه السلام أنه قال: «الحجامة بعد الأكل، لأنه إذا شبع الرجل ثم اجتمع الدم وأخرج الداء، وإذا احتجم قبل الأكل خرج الدم وبقي الداء»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبة للمأمون: «فإذا أردت الحجامة فليكن في اثنتي عشرة ليلة من الهلال إلى خمس عشرة، فإنه أصح لبدنك، فإذا انقضى الشهر فلا تحتجم، إلا أن تكون مضطراً إلى ذلك، وهو لأن الدم ينقص في نقصان الهلال، ويزيد في زيادته».

ولكن الحجامة بقدر ما يمضي من السنين: فابن عشرين سنة يحتجم في كل عشرين يوماً مرة، وابن الثلاثين في كل ثلاثين يوماً مرة، وكذلك من بلغ من العمر أربعين سنة يحتجم في كل أربعين يوماً مرة، وما زاد فبحسب ذلك.

واعلم يا أمير المؤمنين أن الحجامة إنما تأخذ دمها من صغار العروق المبتوثة في اللحم، ومصادق ذلك ما أذكره أنها لا تضعف القوة، كما يوجد من الضعف عند الفصد»<sup>(٦)</sup>.

(١) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٤٠.

(٢) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٤١.

(٣) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٤١.

(٤) طب الأئمة لعبد الله شير: ص ٣٦١.

(٥) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٤٠.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٣١٨.

## الحرارة (والبرودة)

- \* قال النبي ﷺ: «بشروا المحرورين بطول العمر»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «أصل كل داء البرودة»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «كلوا التين الرطب واليابس، فإنه يزيد في الجماع، ويقطع البواسير، وينفع من النقرس، والبرودة» (أي البرد الذي يصاب به الجوف)<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام: «أكل الجوز في شدة الحر يهيج الحر، ويهيج القروح في الجسد، وأكله في الشتاء يسخن الكليتين، ويدفع البرد»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام قال عن العسل وحبة السوداء: «هذان لا يميلان إلى الحرارة والبرودة، ولا إلى الطبايع، إنما هما شفاء حيث وقعا»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال عن التفاح: «وهو يقلع الحمى ويسكن الحرارة»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال: «وطيء رسول الله ﷺ الرمضاء فأحرقت، فوطيء على (الرجلة) وهي بقلة الحمقاء، فسكن عنه حر الرمضاء» (انظر بقلة فاطمة)<sup>(٧)</sup>.

---

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٠.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٠.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٧٤.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٤، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ٥١ و ٦٨.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٩٣.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٤.

• عن الصادق عليه السلام: «إن السويق الجاف إذا أخذ على الريق، أطفأ الحرارة، وسكن المرأة»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «سويق العدس يقطع العطش، ويقوي المعدة، وفيه شفاء من سبعين داء، ويطفىء الصفراء، ويبرد الجوف». وكان إذا سافر عليه السلام لا يفارقه. وكان إذا هاج الدم بأحد من حشمه، قال له: «اشرب من سويق العدس، فإنه يسكن هيجان الدم، ويطفىء الحرارة»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «كل التفاح، فإنه يطفىء الحرارة، ويبرد الجوف، ويذهب بالحمى»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «نعم الدواء الأرز، بارد صحيح، سليم من كل داء»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «أدهنوا بالبنفسج، فإنه بارد في الصيف، حار في الشتاء»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام، روى في الماء البارد: «إنه يطفىء الحرارة، ويسكن الصفراء، ويهضم الطعام، ويذيب الفضلة التي على رأس المعدة، ويذهب بالحمى»<sup>(٦)</sup>.

• عن الهادي عليه السلام قال لبعض أصحابه: «استكثر لنا من الباذنجان، فإنه حار في وقت الحرارة، وبارد في وقت البرودة، معتدل في الأوقات كلها، جيد على كل حال»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) طب الأئمة (ع): ص ٦٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٩٣.

(٣) وسائل الشيعة للحر العاملي: ج ٣، ص ٣٠.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٥٥.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٢.

(٦) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٧) طب الأئمة: ص ١٣٩.

## الحرام والحلال

\* راجع (المحرمات) - حرف الميم

### الحرمل

تعريفه:

نبات عشبي، ينمو في شمال أفريقيا، كما ينمو في العراق والكويت والأردن والجزيرة العربية. أوراقه جالسة كثيرة التفصص، أزهاره بيضاء نجمية الشكل، والثمار شبه كروية لونها بني غامق. وللنبات رائحة كريهة. والجزء الطبي منه هو الأوراق والبزور والجذور.

ولهذا النبات أهمية في معالجة داء الشلل الاهتزازي (باركنسون) وهو يخفض ضغط الدم، ويوسع الأوعية. ويستعمل منقوعه أو مغليه غرغرة في حال التهاب الحلق والحنجرة.

فوائده:

تستخدم بذور الحرمل من قديم الزمان كمخدر وطارد للديدان الشريطية لاحتوائها على قلويد الحرملين. ويؤكل قليل من البذور لعلاج الأزمات الصدرية.

ومن البذور يستخرج زيت لعلاج العيون، وكذلك الأمراض الجلدية.  
كما يستعمل مسحوق البذور لادرار اللبن عند المرضعات، وفي تقوية الباه  
عند الرجال<sup>(١)</sup>.

وقال ابن سينا: إنه صالح لأوجاع المفاصل، وينفع من القولنج شرباً  
وطلاء<sup>(٢)</sup>.

### الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «من شرب الحرمل أربعين صباحاً، كل يوم مثقالاً، لاستنار  
الحكمة في قلبه، وعوفي من اثنين وسبعين داءً أهونه الجذام»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «ما أنبت الحرمل من شجرة ولا ورقة ولا ثمرة إلا وملَّك  
موكل بها حتى تصل إلى من وصلت إليه، أو تصير حطاماً. وإن في أصلها  
وفرعها نُسرة (أي تعويذة ضدَّ المكروه). وإن في حبها الشفاء من اثنين  
وسبعين داءً، فتداووا بها وبالكنُثُر»<sup>(٤)</sup>.

\* الصادق عليه السلام عن محمد بن الحكم، قال شكَا نبي إلى الله عز وجل جُبْنَ  
أمته، فأوحى الله عز وجل إليه: مُر أمتك تأكل الحرمل، فإنه يزيد الرجل  
شجاعة<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام سئل عن الحرمل واللبن فقال:

«أما الحرمل، فما تقلقل (أي تحرك) له عرق في الأرض ولا ارتفع له فرع  
في السماء، إلا وكلَّ الله عز وجل به ملكاً حتى يصير حطاماً، أو يصير إلى من

(١) النباتات الطبية والعطرية في الوطن العربي، الخرطوم ١٩٨٨ ص ٥٧.

(٢) عجائب المخلوقات، بذيل حياة الحيوان الكبرى: ج ٢، ص ١٨٤.

(٣) البحار: ج ٥٩، ص ٢٣٥ عن الفردوس.

(٤) طب الأنمة: ص ٦٧.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ٢١٢.

صار إليه، فإن الشيطان قد يتنكب سبعين داراً دون الدار التي فيها الحرمل، وهو شفاء من سبعين داء أهونه الجذام، فلا يفوتنكم»<sup>(١)</sup>.

«وأما اللبان (أي الكندر) فهو مختار الأنبياء ﷺ من قبلي، وبه كانت تستعين مريم ؑ. وليس دخان يصعد إلى السماء أسرع منه، وهو مطردة الشيطان، ومدفعة للعامة، فلا يفوتنكم»<sup>(٢)</sup>.

## الحَزْقة (الفُواق)

\* ذكر العلامة الأمين رحمه الله أن من المجربات للحزقة، أن يشرب الماء قليلاً قليلاً، في دفعات متعددة، أو يضع ماءً في فمه ولا يتنفس<sup>(٣)</sup>.

## الحصاة في الكلى

\* الرسالة المذهبة للإمام الرضا ﷺ :

«فلا تقرب النساء من أول الليل، صيفاً ولا شتاءً، وذلك لأن المعدة والعروق تكون ممتلئة، وهو غير محمود، إذ يتولد منه القولنج والقالج واللقوة والنقرس والحصاة، أو تقطير البول، أو الفتق أو ضعف البصر

فإن أردت ذلك فليكن في آخر الليل، فإنه أصلح للبدن، ثم انهض للبول إذا فرغت من ساعتك، فإنك تأمن الحصاة، ثم اغسل»<sup>(٤)</sup>.

(١) طب الأئمة (ع): ص ٦٨ شبيهه.

(٢) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ٢١٢.

(٣) معادن الجواهر: ج ١.

(٤) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٣٢٧.

\* الرسالة المذهبة للإمام الرضا عليه السلام : «ومن أراد أن لا يجد الحصة وعسر البول، فلا يحبس المني عند نزول الشهوة، ولا يطل المكث على النساء»<sup>(١)</sup>.

## الحفظ (والذاكرة)

### \* راجع (الدماغ)

\* قال النبي ﷺ : «مثل الذي يتعلم في صغره كالنقش في الحجر، ومثل الذي يتعلم في كبره كالذي يكتب على الماء»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «من أراد الحفظ، فليأكل العسل»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «كلوا الكرفس، فإنه يورث الحفظ، وهو طعام الخضر عليه السلام»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «يا علي ثلاثة يزدن في الحفظ، ويذهبن بالسقم: اللبان، والسواك، وقراءة القرآن»<sup>(٥)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «خمس يذهبن بالنسيان ويزدن في الحفظ، ويذهبن بالبلغم: السواك، والصيام، وقراءة القرآن، والعسل، واللبان» (أي الكندر)<sup>(٦)</sup>.

\* من وصايا النبي ﷺ لعلي عليه السلام : «يا علي، تسعة أشياء تورث النسيان: أكل التفاح الحامض، وأكل الكزبرة، والجبن، وسؤر الفأرة (أي الماء الذي شربت منه الفأرة)، وقراءة كتابه القبور، والمشي بين امرأتين، وطرح القملة

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

(٢) كنز العمال: حديث ٢٩٣٣٦.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

(٤) طب الأئمة (ع) لشير: ص ٣٨٨.

(٥) الخصال: ج ١، ص ١٢٦.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٦٦، عن الفردوس.



حية، والحجامة في النقرة، والبول في الماء الراكد»<sup>(١)</sup>.

\* وقد نظم السخاوي الأمور التي لها تأثير في نسيان المحفوظات فقال:

تَوَقَّ خِصَالاً خَوْفَ نَسْيَانٍ مَا مَضَى      قِرَاءَةَ أَلْوَحِ الْقُبُورِ قَدِيمِهَا  
وَأَكَلَكِ لِلتَّفَاحِ مَا دَامَ حَامِضاً      وَكَزْبِرَةَ خَضِرَاءَ فِيهَا سَمُومِهَا  
كَذَا الْمَشْيِ مَا بَيْنَ الْقَطَاةِ وَحُجْمِهِ      قَفَاهُ، وَمِنْهَا الِهِمُّ وَهُوَ عَظِيمِهَا  
وَمِنْ ذَاكَ بُولُ الْمَرَّةِ فِي الْمَاءِ رَاكِداً      وَأَكَلَكِ سُورَ الْفَارِ وَهُوَ يَتَمِّهَا<sup>(٢)</sup>

\* قال الكفعمي في (الجنة):

من الأدوية والعقاقير التي تورث الحفظ والذاكرة ما رواه ابن مسعود عن النبي ﷺ لحفظ القرآن، ويقطع البلغم والبول، ويقوي الظهر: «يؤخذ عشرة دراهم قرنفل، وكذلك من الحرمل، ومن الكندر الأبيض، ومن السكر الأبيض، ويسحق الجميع ويخلط، إلا الحرمل فيفرك فركاً في اليد، ويؤكل منه غدوة زنة درهم وكذا عند النوم»<sup>(٣)</sup>.

- قال الكفعمي: ورأيت هذا بعينه في كتاب (لفظ الفوائد) وفيه أيضاً: أنه من أراد أن يكثر حفظه ويقل نسيانه فليأكل كل يوم مثقالاً من زنجبيل مربى (المثقال = ٥ غ).

- وقال صاحب لفظ الفوائد: مما جرب للحفظ أن يأخذ زبيباً أحمر منزوع العُجْمَ عشرين درهماً، ومن السُّعد الكوفي مثقالاً، ومن اللُّبان الذكر درهمين ومن الزعفران نصف درهم، يدق الجميع ويعجن بماء الرازيانج، حتى يبقى في قوام المعجون، ويستعمل على الريق كل يوم وزن درهم.

قال: ومن أدمن أكل الزبيب على الريق رُزِقَ الفهم والحفظ والذهن،

(١) البحار: ج ٦٦، ص ٢٤٥، عن الخصال للصدوق: ج ٢، ص ٤٢٣.

(٢) المصباح للكفعمي: ص ٢٦٧.

(٣) البحار: ج ٥٩، ص ٢٧١ عن الجنة للكفعمي.

ونقص من البلغم (الدرهم = ٤, ٣ غ).

- ومن أدوية الحفظ، عن أبي بصير قال: قلت للصادق عليه السلام: «كيف تقدر على هذا العلم الذي فرغتموه لنا؟ فقال عليه السلام: «خذ وزن عشرة دراهم قرنفل، ومثلها كُنْدَر ذكر، دقهما ناعماً ثم استفّ على الريق كل يوم قليلاً.

- ومن هذه الأدوية لمن يكون بعيد الذهن قليل الحفظ، يؤخذ سنّاً مكّي، وسعد هندي، وفلفل أبيض، وكندر ذكر، وزعفران خالص، أجزاء سواء، ويدق ويخلط بعسل، ويشرب منه زنة مثقال كل يوم، سبعة أيام متوالية، فإن فعل ذلك أربعة عشر يوماً، خيف عليه من شدة الحفظ أن يكون ساحراً<sup>(١)</sup>.

- ومنها عن علي عليه السلام: «من أخذ من الزعفران الخالص جزءاً ومن السعد جزءاً، ويضاف إليهما عسل، ويشرب منه مثقالين في كل يوم، فإنه يتخوف عليه من شدة الحفظ أن يكون ساحراً.

- ومنها ما وجد بخط الشيخ أحمد بن فهد، دواء للحفظ شهدت التجربة بصحته، وهو: كُنْدَر وسعد وسكر طبرزد، أجزاء متساوية، ويسحق ناعماً، ويستف منه على الريق كل يوم خمسة دراهم، ويستعمل ثلاثة أيام ويقطع خمسة، ثم يستعمل كذلك ثلاثة أيام ويقطع خمسة وهكذا<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الحجامة تزيد العقل وتزيد الحافظ حفظاً»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الكرفس يورث الحفظ ويذكي القلب وينفي الجنون والجذام والبرص»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «وأعظم من النعمة على الإنسان في الحفظ، النعمة في النسيان، فإنه لولا النسيان لما سلا أحد عن مصيبة»<sup>(٥)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٢.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٣، عن لقط الفوائد.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٧٦.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٤.

(٥) البحار: ج ٣، ص ٨١.

\* عن الرضا عليه السلام: «ثلاثة يزدن في الحفظ ويذهبن بالبلغم: قراءة القرآن والعسل واللُّبان» (الكُنُذُر) (١).

\* عن الرضا عليه السلام: «في العسل شفاء من كل داء. من لعق لعقة عسل على الريق يقطع البلغم ويحسم الصفرة ويمنع المرة السوداء، ويصفي الذهن ويجود الحفظ، إذا كان مع اللبان الذكر» (وهو الصمغ الذي يخرج من شجرة الكُنُذُر) (٢).

\* الرسالة المذهبة للإمام الرضا: «ومن أراد أن يزيد في حفظه فليأكل سبع مثاقيل زبيباً بالغداة على الريق، ومن أراد أن يقل نسيانه ويكون حافظاً، فليأكل كل يوم ثلاث قطع زنجبيل مربى بالعسل، ويصطبغ بالخردل مع طعامه في كل يوم. ومن أراد أن يزيد في عقله، يتناول كل يوم ثلاث هليلجات بسكر أبلوج» (٣).

\* روي أن التفاح يورث النسيان، وذلك لأنه يولد في المعدة لزوجة (٤).

\* ذكر الشيخ محمد حسين الجندقي: أن أجود الأوقات للحفظ الأسحار، وللبحث الأبرار، وللكتابة وسط النهار، وللمطالعة والمذاكرة الليل وبقياء النهار، ووقت الجوع أنفع من وقت الشبع، والمكان البعيد عن الملهيات (٥).

\* قال بعض المتأخرين الأطباء: شَم شعُر الإنسان في اليوم والليل على الأكثر يزيل مرض النسيان بالكلية. مجرب في ذلك (٦).

\* قال نصير الدين الطوسي في (كتاب آداب المتعلمين):

وأقوى أسباب الحفظ: الجد والمواظبة، وتقليل الغذاء، وصلاة الليل

---

(١) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٨.

(٢) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٣.

(٥) التحفة الرضوية في مجربات الإمامية: ص ٧٩.

(٦) التحفة الرضوية في مجربات الإمامية: ص ٧٩.

بالخضوع والخشوع، وقراءة القرآن، من أسباب الحفظ... وتكثير الصلاة على النبي ﷺ. والسواك، وشرب العسل، وأكل الكُنْدَر مع السكر، وأكل إحدى وعشرين زبينة حمراء في كل يوم على الريق، يورث الحفظ، ويشفي كثيراً من الأمراض والأسقام. وكلّ ما يقلل البلغم والرطوبات يزيد الحفظ، وكل ما يزيد في البلغم يورث النسيان.

وأما ما يورث النسيان، فالمعاصي كثيراً، وكثرة الهموم والأحزان... وأكل الكزبرة والتفاح الحامض، والنظر إلى المصلوب، وقراءة لوح القبور، والمرور بين أقطار الجمل، وإلقاء القمل الحي على الأرض، والحجامة (على النقرة من القفا)، كل ذلك يورث النسيان<sup>(١)</sup>.

## الحقنة

### \* راجع (الطب)

\* قال النبي ﷺ: «لا بأس بالحقنة، لولا أنها تعظم البطن»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الحقنة من الدواء»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الدواء أربعة: الحجامة والطلاء والقيء والحقنة»<sup>(٤)</sup>.

## الحُلْبَة

### تعريفها:

عشب حولي ذو أزهار بيضاء، ويشبه نبات البرسيم. والجزء الفعال منه

(١) نصوص الدراسة في الحوزة العلمية بقم، تحقيق محمد حسين الجلاي: ص ١٨.

(٢) البحار: ٦٢، ص ١٣٤، عن الدعائم.

(٣) طب الأئمة: ص ٥٤.

(٤) الخصال للصادق: ج ١، ص ٢٤٩، وطب الأئمة: ص ٥٥.

هو البذور الناضجة لاحتوائها على عدة قلويدات، منها الكولين.

### فوائدها:

تصف كتب الطب القديمة الحلبة بأنها مقوية للمعدة بسبب ما تحويه من مادة مرة، وأنها منقية للدم إذا شربت في الصباح على الريق، ويعطى مغلي الحلبة لادرار الحليب عند المرضعات.

وتستعمل الحلبة اليوم بشرب مغليها لزيادة الوزن، كما تساعد مرضى البول السكري لشفاء الجروح، وتستعمل لعلاج الالتهابات الرئوية والنزلات المعوية والامساك والبواسير، كما يستعمل مغلي الحلبة كغرغرة في حالات التهاب اللوزتين، ومرض الدفتريا<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «تداووا بالحلبة، فلو تعلم أمتي ما لها في الحلبة لتداوت بها ولو بوزنها من ذهب»<sup>(٢)</sup>.

### خلق الشعر

\* قال النبي ﷺ: «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يترك عانته فوق أربعين يوماً، ولا يحل لامرأة تؤمن بالله واليوم الآخر أن تدع ذلك منها فوق عشرين يوماً»<sup>(٣)</sup>.

\* عن أنس قال: وقت لنا رسول الله ﷺ أن يحلق الرجل عانته كل أربعين

(١) النباتات الطبية والعطرية في الوطن العربي ١٩٨٨، ص ٦٩.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٢١٣، بحار الأنوار، ج ٦٢، ص ٢٣٣، عن الدعائم، وص ٢٧٤.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٥٩.

يوماً، وأن يتنف إبطه كلما طلع، ولا يدع شاربيه بطولان، وأن يقلم أظفاره من الجمعة إلى الجمعة<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يترك عانته أكثر من أسبوع، ولا يترك النورة (أي إزالة شعر البدن بها) أكثر من شهر»<sup>(٢)</sup>.

\* الصادق عليه السلام كان يطلي إبطيه في الحمام ويقول: «نتف الإبط يضعف المنكبين ويوهي ويضعف البصر».

وقال عليه السلام: «حلقه أفضل من نتفه، وطلية (أي إزالته بالطلية) أفضل من حلقه»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «أربع من أخلاق الأنبياء: التطيب، والتنظيف بالموسى، وحلق الجسد بالنورة، وكثرة الطروقة»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «نتف الإبط ينفي الرائحة المنكرة، وهو طهور وستة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «أخذ الشارب من النظافة، وهو من السنة»<sup>(٦)</sup>.

\* قال ابن عباس: الكلمات العشر التي ابتلى الله بها إبراهيم عليه السلام هي:

خمس في الرأس: قص الشارب والمضمضة والاستنشاق والسواك وفرق الرأس.

وخمس في الجسد: تقليم الأظفار وحلق العانة والختان ونتف الإبط وغسل أثر الغائط<sup>(٧)</sup>.

---

(١) تفسير الدر المشور للسيوطي: ج ١، ص ١١٣.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٥٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٦٠.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٦٣.

(٥) تحف العقول: ص ٧٢.

(٦) تحف العقول: ص ٧٢.

(٧) الكامل لابن الأثير، ج ١، ص ١١٣.

## الحلواء

\* قال النبي ﷺ: «المؤمن عذب يحب العذوية، والمؤمن حلو يحب الحلوة»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كلُّ من اشتد لنا حباً، اشتد للنساء حباً وللحلواء»<sup>(٢)</sup>.

\* قال الماضي الكاظم عليه السلام: «إنا وشيعتنا خلقنا من الحلوة، فنحن نحب الحلواء»<sup>(٣)</sup>.

## الحليب

\* انظر (اللبن)

## الحُمَّى

\* قال النبي ﷺ: «الحُمَّى تحط الخطايا كما تحط من الشجرة الورق»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «يؤخذ للحُمَّى وزن عشرة دراهم سكر بماء بارد على الريق (الدرهم يساوي ٤, ٣ غ)»<sup>(٥)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «العسل شفاء لطرد الريح والحُمَّى»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ٢١٨، عن المحاسن للبرقي.

(٢) رمز الصحة ص ١٧٨.

(٣) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ٥٢، عن فروع الكافي: ج ٦، ص ٣٢١.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠١.

(٥) طب الأئمة: ص ٥٠.

(٦) رمز الصحة: ص ٢٩٩.

- \* عن النبي ﷺ : «الحمى من فور جهنم فأطفئوها بالماء البارد»<sup>(١)</sup>.
- \* دخل رسول الله ﷺ على علي عليه السلام وهو محموم، فأمره بأكل الغبيراء<sup>(٢)</sup>.
- \* روي: الحمى رائد الموت، الحمى من فيح جهنم، الحمى حظ كل مؤمن من النار<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «الحمى رائد الموت، وهي سجن الله في الأرض، وهي تحت الذنوب كما يتحات الوبر من سنام البعير»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «اكسروا حر الحمى بالبنفسج»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «العناب يذهب بالحمى»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «ليس من داء إلا وهو من داخل الجوف إلا الجراحة والحمى فإنهما يردان وروداً. اكسروا حر الحمى بالبنفسج والماء البارد فإن حرها من فيح جهنم»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن زين العابدين عليه السلام : «بللوا جوف المحموم بالسويق والعسل ثلاث مرات، ويحول من إناء ويسقى المحموم، فإنه يذهب بالحمى الحارة، وإنما عمل بالوحي»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام : «إخراج الحمى في ثلاثة أشياء: في القيء، وفي العرق (أي الفصد وهو إخراج الدم من العروق)، وفي إسهال البطن»<sup>(٩)</sup>.

(١) طب الأئمة: ص ٤٩.

(٢) العيون: ج ٢، ص ٤٣، ومكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٣) ضوء الشهاب.

(٤) مستدرك النهج: ص ١٦١.

(٥) مستدرك النهج: ص ١٧٠.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٧٥.

(٧) الخصال للصدوق: ص ١٦١.

(٨) مكارم الأخلاق: ص ١٩٢.

(٩) طب الأئمة (ع): ٥٠.



- \* عن الصادق عليه السلام : «كل داء من التخمة، إلا الحمى فإنها ترد وروداً»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «من حَمَ فشرب تلك الليلة وزن درهمين بزر القطونا أو ثلاثة، أَمِن من البرسام في تلك العلة»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «البصل يذهب بالنصب، ويشد العصب، ويزيد في الخطأ ويزيد في الماء، ويذهب بالحمى»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن إبراهيم الجعفي عن أبيه قال : دخلت على أبي عبد الله الصادق عليه السلام فقال لي : «ما لي أراك شاحب الوجه؟ قلت إن بي حمى الربيع»<sup>(٤)</sup> يا سيدي، فقال عليه السلام : أين أنت عن المبارك الطيب، إسحق السكر، ثم خذه بالماء واشربه على الريق عند الحاجة إلى الماء»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «كل التفاح، فإنه يطفى الحرارة، ويبرد الجوف، ويذهب بالحمى»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام ، ذكرث له الحمى فقال : «إنا أهل بيت لا ننداوى إلا بإفاضة الماء البارد يصب علينا، وأكل التفاح»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «أطعموا محموميكم التفاح، فما من شيء أنفع من التفاح»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال عن التفاح : «وهو يقلع الحمى ويسكن الحرارة»<sup>(٩)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «مشط الرأس يذهب بالوباء (وهو الحمى)، ومشط

(١) طب الصادق (ع) : ص ٨٠.

(٢) مكارم الأخلاق : ص ٢١٥.

(٣) الفصول المهمة للحر العاملي : ص ١٣٧.

(٤) حمى الربيع : أن تعرض يوماً وتدع يومين ثم تأتي في الرابع.

(٥) طب الصادق (ع) : ص ٥٦.

(٦) وسائل الشيعة للحر العاملي : ج ٣، ص ٣٠.

(٧) المحاسن : ص ٥٥١.

(٨) المحاسن : ص ٥٥١، وطب الأئمة (ع) : ص ٦٣.

(٩) البحار : ج ٦٢، ص ٩٣.

اللحية يشدّ الأضراس»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن في الشونيز (حبة السوداء) شفاء من كل داء، فأنأ آخذة للحمى والصداع والرمد...»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الكباب يذهب بالحمى»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «البصل يذهب بالحمى»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ما وجدنا للحمى مثل الماء البارد، والدعاء»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «السويق إذا غسلته سبع مرات، وقلبته من إناء إلى إناء آخر فهو يذهب بالحمى، وينزل القوة في الساقين والقدمين»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام سئل عن الحمى الغبّ الغالبة، قال: «يؤخذ العسل والشونيز (وهو حبة السوداء) ويلق منة ثلاث لعقات، فإنها تنقلع. وهما المباركان، قال الله تعالى في العسل ﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾، وقال رسول الله ﷺ: في الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا السام. قيل: يا رسول الله، وما السام؟ قال: الموت.

قال: وهذان لا يميلان إلى الحرارة والبرودة، ولا إلى الطبايع، وإنما هما شفاء حيث وقعا»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: عن محمد بن سنان قال: سمعت موسى بن جعفر عليه السلام وقد اشتكى (أي الحمى) فجاءه المترفقون بالأدوية (يعني الأطباء) فجعلوا يصفون له العجائب. فقال: «أين يذهب بكم؟! اقتصروا على سيّد هذه الأدوية: الهليلج والرازيانج والسكر. في استقبال الصيف ثلاثة أشهر، في

(١) طب الأئمة (ع) لشير: ص ٣٣.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٦.

(٣) المحاسن: ص ٤٦٨.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٩٩، عن المحاسن: ص ٥٢٢.

(٥) طب الأئمة: ص ٥٠.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨، عن الفروع والمحاسن.

(٧) طب الأئمة (ع): ص ٥١.

كل شهر ثلاث مرات . وفي استقبال الشتاء ثلاثة أشهر، في كل شهر ثلاثة أيام ثلاث مرات . ويجعل (أي في الشتاء) موضع الرازيانج مصطكى، فلا يمرض إلا مرض الموت»<sup>(١)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «إن في الهندياء شفاء من ألف داء، ما من داء في جوف الإنسان إلا قمعه الهندياء». ودعا به عليه السلام يوماً لبعض الحشم، وقد كان يأخذه الحمى والصداع، فأمر أن يدق، ثم يصير على قرطاس، وصب عليه دهن البنفسج، ووضعه على رأسه، ثم قال: «أما إنه يجمع الحمى ويذهب بالصداع»<sup>(٢)</sup>.

• روى الإمام الرضا عليه السلام في الماء البارد: «أنه يطفى الحرارة، ويسكن الصفراء، ويهضم الطعام، ويذهب الفضلة التي على رأس المعدة، ويذهب بالحمى»<sup>(٣)</sup>.

• عن الإمام علي الهادي عليه السلام : «خير الأشياء لحمى الربيع أن يأكل في يومها الفالوج (حلواء تعمل من الدقيق والماء والعسل) المعمول بالعسل، ويكثر زعفرانه، ولا يأكل في يومها غيره»<sup>(٤)</sup>.

## الحمص

### فوائد الحمص:

ينفع الحمص أنواع الصداع البارد خصوصاً الشقيقة، ويصفي الصوت، ويحلل الأورام من الحلق والصدر والسعال.

(١) طب الأئمة (ع): ص ٥٠.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٤٤، عن فروع الكافي.

(٣) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٤) رمز الصحة للدمرغي: ص ٣٣، عن طب الأئمة (ع).

وإذا واظب على أكله مقلباً مع قليل من اللوز سمّنه سمناً مفرطاً، ويفيد من سقطت شهوته الجنسية<sup>(١)</sup>.

## الرواية:

\* عن البزنطي عن الرضا عليه السلام قال: «الحمص جيد لوجع الظهر وكان يدعو به قبل الطعام وبعده»<sup>(٢)</sup>.

## الحمام

\* قال النبي ﷺ: «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يبعث بحليلته (أي زوجته) إلى الحمام»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «نعم البيت الحمام، يذكر النار ويذهب بالدردن»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لا تدخل الحمام إلا وفي جوفك شيء يطفىء عنك وهج المعدة، وهو أقوى للبدن. ولا تدخله وأنت ممتلىء من الطعام»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «من دخل الحمام على الريق أنقى للبلغم، وإن دخلته بعد الأكل أنقى للمرة، وإن أردت أن تزيد لحمك فادخل الحمام على شبعك، وإن أردت أن ينقص في لحمك فادخله على الريق»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «وُصِبَ الماء البارد على قدميك إذا خرجت (من

(١) مفردات النباتات الطبية، إعداد أحمد صالح دهيمش: ص ١٩٤.

(٢) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ٩٧، عن الفروع والمحسن.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٥٣.

(٤) مستدرك النهج: ص ١٦٥.

(٥) البحار: ج ٧٦، ص ٧٧، الفصول المهمة للحر العاملي، وطب الصادق: ص ٨١.

(٦) طب الأئمة: ص ٦٦.

الحمام) فإنه يسئل الداء من جسده»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ثلاث يهدمن البدن وربما قتلن: أكل القديد، ودخول الحمام على البطنة، ونكاح المعجزة»<sup>(٢)</sup>.

\* قال علي بن يقطين للكاظم عليه السلام: أقرأ (أي القرآن) في الحمام وأنكح؟ قال: «لا بأس»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام قال: «الحمام يوم ويوم لا، يكثر اللحم، وإدامانه كل يوم يذيب شحم الكليتين»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام في (الرسالة المذهبية) للمأمون: «واعلم يا أمير المؤمنين أن الحمام (أي حمام السوق) رُكب على تركيب الجسد: للحمام أربعة بيوت، مثل أربع طبائع الجسد: البيت الأول بارد يابس، البيت الثاني بارد رطب، الثالث حار رطب، الرابع حار يابس. ومنفعة الحمام عظيمة، تؤدي إلى الاعتدال، وتنقي الدرن، وتلين العصب والعروق، وتقوي الأعضاء الكبار، وتذيب الفضول، وتذهب العفن»<sup>(٥)</sup>.

## الحمية

\* عن الصادق عليه السلام: «لا تنفع الحمية بعد سبعة أيام»<sup>(٦)</sup>.

\* عن محمد بن الفيض، قال: قلت للصادق عليه السلام: جعلت فداك يمرض منا المريض فيأمره المعالجون بالحمية؟ قال: «لا، ولكننا أهل البيت لا نحتمي إلا من التمر، ونتداوى بالتفاح، والماء البارد».

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ٥٢، عن كتاب من لا يحضره الفقيه للشيخ الصدوق.

(٢) البحار: ج ٦٣، ص ٧٦.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٥٣.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٥٣.

(٥) البحار للمجلسي: ج ٥٩، ص ٣٢٢.

(٦) طب الأئمة (ع): ٥٩.

قلت: ولم تحتمون من التمر؟ قال: «لأن نبي الله ﷺ حمى علياً عليه السلام منه في مرضه»<sup>(١)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «ليس الحمية أن تدع الشيء أصلاً لا تأكله، ولكن الحمية أن تأكل من الشيء وتخفف»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «ليس شيء في البدن أنفع من إمساك اليد إلا عما يحتاج إليه»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «لو أن الناس قَصَّروا في الطعام لاستقامت أبدانهم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «الحمية رأس كل دواء، والمعدة بيت الأدواء، وعَوْدَ بدنك ما تعود»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «رأس الحمية الرفق بالبدن»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «إن أقصى الحمية أربعة عشر يوماً، وإنها ليس ترك أكل الشيء، ولكنها ترك الإكثار منه»<sup>(٧)</sup>.

## الحناء

### فوائدها:

الحناء من النباتات التي تتربع على عرش الجمال، لاستعمالاتها الكثيرة في الصبغات والتجميل قديماً. وهي غنية بالمادة القابضة العفص (تين).

---

(١) علل الشرائع للصدوق: ج ٢، ص ١٤٩، وطب الأئمة: ص ٥٩.

(٢) روضة الكافي: ص ٢٩١.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٦٨.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٤١٩.

(٥) فقه الرضا: ص ٣٤٠.

(٦) فقه الرضا: ص ٣٤٠.

(٧) فقه الرضا: ص ٣٤٧.

وقد استعملها النبي ﷺ في حالة الإصابة بالصداع، ولأنها مفيدة في قتل الفطريات، فكان ﷺ يأمر أصحابه باستعمالها في حالة أوجاع القدمين، وغزارة العرق والجروح<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

- \* قال النبي ﷺ: «الحناء سيد ريحان (أهل) الجنة...»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «الحناء خضاب الإسلام، ويزيد في المؤمن عمله، ويذهب بالصداع، ويمدّ البصر، ويزيد في الوقاع، وهو سيد الرياحين في الدنيا والآخرة»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن مولى النبي ﷺ أنه قال: «عليكم بسيد الخضاب، فإنه يزيد في الجماع ويطيب البشرة»<sup>(٤)</sup>.
- \* النبي ﷺ ما شكا إليه أحد وجعاً في رأسه إلا قال له: «إحتجم». ولا شكا إليه وجعاً في رجله إلا قال له: «اختضب بالحناء»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن خادمة النبي ﷺ قالت: «كان لا يصيب النبي ﷺ قرحة ولا شوكة إلا وضع عليها الحناء»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «اختضبوا بالحناء، فإنه يجلو البصر، وينبت الشعر، ويطيب الريح، ويسكن الزوجة»<sup>(٧)</sup>.

(١) مجلة الأهرام الرياضي، العدد ١٠٠ تشرين الثاني ١٩٩١، ص ٧٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٨٢، عن الفردوس.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٢.

(٥) الطب النبوي لابن قيم الجوزية ص ٦٩، عن البخاري في تاريخه.

(٦) الطب النبوي لابن قيم الجوزية عن الترمذي.

(٧) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٠٩.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «أربع من سنن المرسلين: السواك والحناء والطيب والنساء»<sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «الحناء بعد النورة أمان من الجذام والبرص»<sup>(٢)</sup>.

## الحنظل

تعريفه:

المختار من الحنظل هو الأبيض الشديد البياض اللين، وينبغي أن لا يجتنى ما لم يأخذ في الصفرة، ولم تنسلخ عنه الخضرة بتمامها.

فوائده:

وهو حار يابس، نافع لأوجاع العصب والمفاصل وعرق النساء والتقرس البارد، يتقي الدماغ، ويطبخ أصله مع الخل ويتمضمض به لوجع الأسنان... وإذا طبخ في الزيت كان ذلك الزيت قطوراً نافعاً من الدوي في الأذن، ويسهل قلع الأسنان<sup>(٣)</sup>.

الروايات:

\* عن الكاظم عليه السلام قال: «دواء الضرس، تأخذ حنظلة فتقشرها ثم تستخرج دهنها، فإن كان الضرس مأكولاً منحفراً تقطر فيه قطرات، وتجعل منه في قطن شيئاً وتجعل في جوف الضرس، وينام صاحبه مستلقياً، يأخذه ثلاث ليالٍ».

(١) مكارم الأخلاق: ص ٤١.

(٢) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٦.

(٣) بحار الأنوار: ج ٦٢، ص ١٦٤.



فإن كان الضرس لا أكل فيه وكانت ريحاً، قطر في الأذن التي تلي ذلك الضرس ثلاث ليالٍ، كل ليلة قطرتين أو ثلاث قطرات، يبرأ بإذن الله<sup>(١)</sup>.

## الحياة وطول الحياة

\* قال بزجمهر: أربع تهدم العمر وربما قتلن: الحمام على البطن، والمجامعة على الامتلاء، وأكل القديد الجاف، وشرب الماء البارد على الريق<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «من أراد البقاء ولا بقاء، فليأكل الغذاء، وليؤخر العشاء، وليخفف الرداء، وليقل غشيان النساء.

قيل: وما خفة الرداء؟ قال: الدّين»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «ثمره طول الحياة السقم والهرم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «من طال عمره، كثرت مصائبه»<sup>(٥)</sup>.

\* عن أبي عبد الله عليه السلام قال: «قوام الإنسان وبقاؤه بأربعة: بالنار والنور والريح والماء، فبالنار يأكل ويشرب، وبالنور يبصر ويعقل، وبالريح يسمع ويشم، وبالماء يجد لذة الطعام والشراب. فلولوا النار في معدته لما هضمت الطعام والشراب، ولولا أن النور في بصره لما أبصر ولا عقل، ولولا الريح لما التهمت نار المعدة، ولولا الماء لم يجد لذة الطعام والشراب»<sup>(٦)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ١٦٣، عن الكافي.

(٢) المقد الفريد: ج ٨، ص ١٧.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٧، وطب الأئمة (ع): ص ٢٩ شبيهه.

(٤) غرر الحكم.

(٥) غرر الحكم.

(٦) الخصال: ج ١، ص ٢٢٧.

## الحيض والطمث

- قال النبي ﷺ : «خمس خصال تورث البرص : ... وغشيان المرأة في أيام حيضها...»<sup>(١)</sup>.
- عن علي بن مهزيار، قال : إن جارية (أي بنتاً صغيرة) لنا، أصابها الحيض، وكان لا ينقطع عنها، حتى أشرفت على الموت. فأمر الإمام الباقر عليه السلام : «أن تسقى سوق العدس، فسقيت فانقطع عنها وعوفيت»<sup>(٢)</sup>.
- عن إسماعيل بن يوشع قال : قلت للرضا عليه السلام : إن فتاة قد ارتفعت علتها، قال : «اخضب رأسها بالحناء، فإن الحيض سيعود إليها». قال : ففعلت ذلك، فعاد إليها الحيض»<sup>(٣)</sup>.
- كتبت امرأة إلى الرضا عليه السلام تشكو إليه دوام الدم بها، فكتب إليها : «تأخذين إن شاء الله كفاً من كزبرة، ومثله سماقاً، فانقعيه ليلة تحت النجوم، ثم اغليه بالنار في خزفة، فاشربي منه قدر سكرجة، يقطع عنك الدم، إلا في أوان الحيض»<sup>(٤)</sup>.

## الحوك

- انظر (الريحان الجبلي).

---

(١) الخصال للصدوق : ج ١، ص ٢٧٠.

(٢) مكارم الأخلاق : ص ١٩٣.

(٣) مكارم الأخلاق : ص ٨١.

(٤) فقه الأئمة (ع) : ص ٦٤، عن المسمودي.



## حرف الخاء

### الخبز

• قال النبي ﷺ: «اللهم بارك لنا في الخبز، ولا تفرّق بيننا وبينه، فلولوا الخبز ما صمنا ولا صلينا، ولا أدينا فرائض ربنا»<sup>(١)</sup>.

وفي ذلك قال الشاعر ابن الأَعمس في منظومته:

الفضل للخبز الذي لولاه ما كان يوماً يعبد الإله  
فقد روي لولاه ما أدينا فرضاً ولا صمنا ولا صلينا

• قال النبي ﷺ: «صغروا رغافكم، فإنه مع كل رغيف بركة»<sup>(٢)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «إذا أتيتم بالخبز واللحم، فابدأوا بالخبز فشدوا به خلال الجوع، ثم كلوا اللحم»<sup>(٣)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «أكرموا الخبز فإنه قد عمل فيه ما بين العرش إلى الأرض، وما فيها من كثير خلقه» (يقصد الملائكة).

ثم قال لمن حوله: «ألا أحدثكم؟» قالوا: بلى يا رسول الله فذاك الآباء

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٥.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٩.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥١٢.

والأمهات. فقال: «إنه كان نبي فيمن قبلكم يقال له دانيال وإنه أعطى صاحب معبر رغيماً لكي يعبر به، فرمى صاحب المعبر بالرغيف وقال: ما أصنع بالخبز، هذا الخبز عندنا قد يداس بالأرجل. فلما رأى دانيال ذلك منه، رفع يده إلى السماء، ثم قال: اللهم أكرم الخبز، فقد رأيت يا رب ما صنع هذا العبد وما قال. فأوحى الله عز وجل إلى السماء أن تحبس الغيث، وأوحى إلى الأرض أن كونني طبقاً كالنفخار (أي صلبة لا تنبت). قال: فلم تمطر، حتى أنه قد بلغ من أمرهم أن بعضهم أكل بعضاً»<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «أكرموا الخبز (وعظموه)، فإن الله عز وجل أنزل له بركات السماء، وأخرجه من بركات الأرض. قيل: وما إكرامه؟ قال: لا يقطع ولا يوطأ»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «أكرموا الخبز، فإنه قد عمل فيه ما بين العرش إلى الأرض وما بينهما»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إنما بُني الجسد على الخبز»<sup>(٤)</sup>.

\* عن أبي بصير عن الصادق عليه السلام: «أنه كره أن يوضع الرغيف تحت القصعة ونهى عنه»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «إن أهل قرية ممن كان قبلكم، كان الله قد أوسع عليهم حتى طغوا، فقال بعضهم لبعض: لو عمدنا إلى شيء من هذا النقي فجعلناه يستنجى به، كان ألين علينا من الحجارة.

قال: فلما فعلوا ذلك بعث الله على أرضهم دواباً أصغر من الجراد، فلم تدغ شيئاً إلا أكلته، فبلغ بهم الجهد إلى أن أقبلوا على الذي كانوا يستنجون به

(١) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٠٥، من فروع الكافي: ج ١، ص ١٦٥.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٥٤.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٩.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٥٤.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٩.

فأكلوه، وهي القرية التي قال الله فيها: ﴿وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَعْسِفُونَ﴾<sup>(١)</sup>.

## الختان

\* قال النبي ﷺ: «خمس من الفطرة: الختان، والاستحداد، ونتف الإبط، وتقليم الأظافر، وقص الشارب»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الختان سنة في الرجال، مكرمة للنساء»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام عن النبي ﷺ: «اختنوا أولادكم يوم السابع، فإنه أطهر وأسرع نباتاً للحم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «اختنوا أولادكم يوم السابع، ولا يمنعكم حر ولا برد، فإنه طهر للجسد. وإن الأرض لتضج إلى الله من بول الألف»<sup>(٥)</sup>.

## التختم

\* راجع (العقيق)

الروايات:

\* عن قال أنس بن مالك: إن رسول الله ﷺ كان يتختم بيمينه<sup>(٦)</sup>.

(١) سورة النحل، الآية: ١١٢.

(٢) صحيح البخاري، مكتبة النهضة الحديثة بمكة المكرمة ١٣٧٦هـ، ج ٧، ص ١٣٧.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٢٣٨.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٤١.

(٥) تحف العقول: ص ٨٨.

(٦) روضة الواعظين لابن الفثال النيسابوري: ص ٣٠٩.

\* عن الإمام علي عليه السلام : « لا تختَمُوا بغير الفضة ، فإن رسول الله ﷺ قال : ما طهر الله يدأ فيها خاتم حديد »<sup>(١)</sup> .

\* عن الإمام علي عليه السلام : « من نقش على خاتمه اسماً من أسماء الله ، فليحوله عن اليد التي يستنجي بها »<sup>(٢)</sup> .

## الخس

### فوائده:

الخس يجلب النوم ، ويدفع العطش ، ويقطع شهوة الباه ، ولذلك يأكله الخصيان الأقوياء على النساء ، وتأكله النساء اللواتي غاب عنهن أزواجهن بالخل ، ليقطع عنهن شهوة الوقاع .

بذره إذا استف منه ، منع من كثرة الاحتلام وهملان المني<sup>(٣)</sup> .

هذا وإن الخس غني بأنواع الفيتامينات ، وفيه كمية كبيرة من الأملاح المعدنية مثل الحديد .

وقال الكيميائي (نيومان) : الخس بوفرة غناه بالحديد ، يزيد كريات الدم الحمراء ، فيزيد الاحمرار في الوجنات والشفاه ، ويهدئ الأعصاب ويساعد على النوم .

هذا ويحتل الخس مكانة مرموقة بين الخضار ، فهو غني بالفيتامينات والأملاح ، فأوراقه غنية بالفيتامين A كما يحتوي على الفيتامين B1 والفيتامين C .

---

(١) تحف العقول : ص ٧٣ .

(٢) تحف العقول : ص ٧٣ .

(٣) عجائب المخلوقات ، بذيل حياة الحيوان الكبرى ، ج ٢ ، ص ١٨٦ .

ويحتوي على بعض المعادن مثل الكالسيوم والفسفور والحديد. والخس غني بالمواد السللوزية التي تساعد على مكافحة الإمساك المزمن. كذلك فإن الخس يفيد في ترطيب الجسد وإدرار البول خصوصاً للمصابين بالنقرس والرمال البولية. والخس يفيد في راحة الأعصاب ويساعد على النوم نظراً لاحتوائه على مادة (ترايرس ٧) التي تملك خصائص منومة ومهدئة للأعصاب. والخس يقوي البصر والأعصاب بسبب غناه بالفيتامين A.

## الروايات:

- \* عن موسى عليه السلام في التلمود: «قال المعلم: الفجل يمضغ الطعام في المعدة، والخس يقلبه، والخيار يمدد البطن»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «كل الخس، فإنه يورث النعاس ويهضم الطعام»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «عليكم بالخس، فإنه يصفى الدم (وفي رواية) يطفىء الدم»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «عليك بالخس، فإنه يقطع الدم»<sup>(٤)</sup>.

(١) التلمود البابلي ترجمة نبيل فياض: ص ٤٥.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٣.

(٣) بحار الأنوار: ج ٦٢، ص ٢٨٥.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨٣.



## الخضاب

### \* انظر (الحناء)

\* قال النبي ﷺ : «غَيِّرُوا الشَّيْبَ (أي اصبغوا شعركم بالخضاب) وَلَا تَشَبَّهُوا بِالْيَهُودِ»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «درهم من الخضاب أفضل من نفقة ألف درهم في سبيل الله، وفيه أربع عشرة خصلة: يطرد الريح من الأذنين، ويجلو الغشاوة عن البصر، ويلين الخياشيم، ويطيب النكهة، ويشد اللثة، ويذهب بالضنى، ويقل وسوسة الشيطان، وتفرح به الملائكة، ويستبشر به المؤمن، ويغبط به الكافر، وهو زينة وطيب، وبراءة في قبره، ويستحي منه منكر ونكير»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «عليكم بسيد الخضاب وهو الحناء» فإنه يطيب البشرة ويزيد في الجماع<sup>(٣)</sup>.

### الخطمي (أو الخنمية)

\* عن الإمام علي عليه السلام : «غسل الرأس بالخطمي يذهب بالدرن، وينقي الأقدار»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «غسل الرأس بالخطمي أمان من الصداع، وبراءة من

(١) نهج البلاغة: الحكمة ١٦.

(٢) الخصال: ج ٢، ص ٤٩٧.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٩٠.

(٤) تحف العقول: ص ٧٢.

الفقر وطهور للرأس من الحَزَّازِ [هو قشر يظهر في الرأس].

(وفي رواية): «ينفي الفقر، ويزيد في الرزق، وهو نُشْرَةٌ»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «غسل الرأس بالخطمي في كل جمعة، أمان من البرص والجنون».

## الخل

### تحضيره:

خل الخمر هو عصير العنب الذي يجعل فيه مقدار من الخل، ويوضع في الشمس حتى يصير خلًّا.

### فوائده:

خل العنب ينفع المعدة الملتهبة، ويقمع الصفراء، ويدفع ضرر الأدوية القتالة، ويحلل اللبن والدم إذا جمدا في الجوف. وينفع الطحال، ويدبغ المعدة، ويعقل البطن؛ ويقطع العطش. ويمنع الورم حيث يريد أن يحدث، ويعين على الهضم، ويضاد البلغم، ويلطف الأغذية الغليظة، ويرقِّ الدم.

وإذا تمضمض به مسختاً، نفع من وجع الأسنان، وقوى اللثة<sup>(٢)</sup>.

### الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «نعم الإدام الخل، اللهم بارك لنا في الخل، فإنه إدام

(١) مكارم الأخلاق.

(٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٣٦.

الأنبياء قبلي»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «إن الله وملائكته يصلون على خُوان (أي مائدة) عليه خل وملح»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «خل الخمر يشد اللثة، ويقتل دواب البطن، ويشد العقل»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «الخل يسكن المرار، ويحيي القلب، ويقتل دود البطن، ويشد الفم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «نعم الإدام الخل، يكسر المرة، ويحيي القلب، ويشد اللثة، ويقتل دواب البطن»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «الاصطباغ بالخل يذهب (وفي رواية: يقطع) شهوة الزنا»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «الخل والزيت من طعام المرسلين»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام يقول : «كان أمير المؤمنين عليه السلام أشبه الناس طعمة برسول الله ﷺ ، كان يأكل الخبز والخل والزيت، ويطعم الناس الخبز واللحم»<sup>(٨)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال : «دخل رسول الله ﷺ إلى أم سلمة، فقربت إليه كسراً (أي قطع خبز). فقال : هل عندك إدام؟ فقالت : لا يا رسول الله ما

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٩٠.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٩.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٥.

(٥) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

(٦) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

(٧) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٤، عن الفروع: ج ٦، ص ٣٢٨، والمحاسن للبرقي: ص ٤٨٣.

عندي إلا خل ، فقال : نعم الإدام الخل ، وما أقفر بيت فيه خل<sup>(١)</sup> .

\* عن الصادق عليه السلام : «الخل يشد العقل»<sup>(٢)</sup> .

\* عن الصادق عليه السلام : «إنا لنبدأ بالخل عندنا ، كما تبدأون بالملح عندكم ، فإن الخل ليشد العقل»<sup>(٣)</sup> .

\* عن الصادق عليه السلام ذكر عنده خل الخمر فقال : «يقتل دواب البطن ويشد الفم»<sup>(٤)</sup> .

\* عن الرضا عليه السلام : «إن الخل يشد الذهن ، ويزيد في العقل»<sup>(٥)</sup> .

\* عن الرضا عليه السلام : «نعم الإدام الخل ، ولن يفتقر أهل بيت عندهم الخل»<sup>(٦)</sup> .

\* عن الرضا عليه السلام : «كلوا خل الخمر مما فسد ، ولا تأكلوا ما أفسدتموه أنتم»<sup>(٧)</sup> .

## خل التفاح

### كيف يُصنَع خل التفاح؟

يفسل التفاح جيداً ، وتزال منه الأجزاء المتعفنة . يُعَصَّر التفاح أو بيرش بمبرشة خشنة ، وكذلك قلب التفاحة وقشرتها . يضاف إلى العصير السابق ماء دافئ بعد غليه ، بنسبة لتر ماء لكل كيلو غرام من عصير التفاح . ثم يضاف

---

(١) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ٦٦ .

(٢) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ٦٥ .

(٣) وسائل الشيعة : ج ١٦ ، ص ٥٢٢ ، عن المحاسن للبرقي .

(٤) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ٦٧ .

(٥) وسائل الشيعة : ج ١٦ ، ص ٥٢٣ .

(٦) صحيفة الرضا (ع) : ص ٥٠ .

(٧) صحيفة الرضا (ع) : ص ٧٤ .

إليه مئة غرام سكر، وعشر غرامات من خميرة الخبز، وذلك للإسراع في عملية التخمر، يحفظ الوعاء مفتوحاً في حرارة (من ٢٠ إلى ٣٠ درجة) وبعيداً عن أشعة الشمس والضوء لأنها توقف عملية التخمر، ولا بأس بوضع المزيج بوعاء زجاجي.

المرحلة الأولى: يترك المزيج ليتخمر عشرة أيام (التخمر الكحولي). وذلك بحفظه في مكان دافئ. ويحرك المزيج ثلاث مرات يومياً بملعقة خشبية ثم يسكب الخليط في كيس شاش ويعصر (لتصفيته) ثم يوضع في وعاء ذي فتحة واسعة.

المرحلة الثانية: يغطى قم الوعاء بشاشية وتشد جيداً ويحفظ في مكان دافئ لإكمال عملية التخمر.

مدة تحضير خل التفاح من (٤٠ إلى ٦٠) يوماً حسب الحرارة. ثم يصفى المزيج ويوضع في قوارير محكمة السد (مطربانات ضغط مثلاً) وتحفظ في البراد لحين الاستعمال<sup>(١)</sup>.

---

(١) الطب الشعبي باختصار.

## الْخِلَال

• راجع: (السواك) والتخلل - حرف التاء.

## الْخُلُق

- قال النبي ﷺ: «الخلق السيء يفسد العمل، كما يفسد الخل العسل»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ قال لعلي عليه السلام: «كل اليقطين، فإنه من أكلها حَسُنَ خلقه، ونضر وجهه، وهي طعامي وطعام الأنبياء قبلي»<sup>(٢)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام: «عليكم بالزيت، فإنه يكشف المرة.. ويحسن الخلق ويطيب النفس ويذهب بالبلغم»<sup>(٣)</sup>.
- عن الحسين بن خالد، قال: قلت لأبي الحسن الكاظم عليه السلام إن الناس يقولون: من لم يأكل اللحم ثلاثة أيام ساء خلقه؟ فقال عليه السلام: «كذبوا، ولكن من لا يأكل اللحم أربعين يوماً، تغير خلقه وبدنه، وذلك لانتقال النطفة في مقدار أربعين يوماً»<sup>(٤)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام: «عليكم باللحم، فإنه يُنبت اللحم، ومن ترك اللحم أربعين يوماً ساء خلقه»<sup>(٥)</sup>.

(١) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٥.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٢٢٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩٠.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٥.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٤.

## الخمير (والمسكرات)

من حرّم على نفسه الخمير في الجاهلية:

حكى أن عبد الله بن جذعان التيمي كان ممن حرّم الخمير على نفسه في الجاهلية بعد أن كان بها مغرمًا. وذلك أنه سكر ليلة، فصار يمدّ يديه ويقبض على ضوء القمر ليأخذه، فضحك منه جلساؤه، فأخبر بذلك حين صحا، فحلف أن لا يشربها أبدًا<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

\* قيل لأعرابي: ما لك لا تشرب الخمير؟

قال: لثلاث خلال فيه: لأنه متلف للمال، ومذهب للعقل، ومُسقط للمروءة.

\* أوصى قصي بن كلاب بنيه فقال: يا بني إياكم وشرب الخمير، فإنها إن أصلحت الأبدان أفسدت الأذهان<sup>(٢)</sup>.

\* قال النبي ﷺ: «من شرب الخمير لم تقبل له صلاة أربعين يوماً».

(لأن أثر الخمير يبقى في جوف العبد وعروقه وأعضائه أربعين يوماً)<sup>(٣)</sup>.

(١) الكنى والألقاب للشيخ عباس القمي: ج ١، ص ٢٣٨.

(٢) أمالي الصدوق، منشورات الأعلمي: ص ١٣.

(٣) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٤.

\* عن النبي ﷺ : «إن إبليس يخطب شياطينه ويقول: عليكم باللحم والمسكر والنساء، فإني لا أجد جُماع الشر إلا فيها»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «الخمير جماع الإثم، وأم الخبائث، ومفتاح الشر»<sup>(٢)</sup>.

\* من وصية النبي ﷺ لعلي عليه السلام قال: «شارب الخمير كعابد الوثن. يا علي شارب الخمير لا يقبل الله عز وجل صلاته أربعين يوماً، فإن مات في الأربعين مات كافراً».

يا علي: جعلت الذنوب كلها في بيت، وجعل مفتاحها شرب الخمير.

يا علي: يأتي على شارب الخمير ساعة لا يعرف فيها ربه عز وجل.

يا علي: كل مسكر حرام، وما أسكر كثيره فالجرعة منه حرام»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «لعن الله الخمير، وعاصرها وغارسها وشاربها وساقبها وبائعها ومشتريها وآكل ثمنها وحاملها والمحمولة إليه»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «لا يجتمع الخمير والإيمان في جوف أو قلب رجل أبداً»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام قال عن اللحم: «إن له ضراوة (أي تعوداً) كضراوة الخمير»<sup>(٦)</sup>.

\* قال الباقر عليه السلام عن سبب تحريم الخمير: «وأما الخمير، فإنه حرمها لفعلها وفسادها. ثم قال: إن مُدْمِن الخمير كعابد وثن، وتورثه الارتعاش، وتهدم مروءته، وتحمله على أن يجسر على المحارم، من سفك الدماء وركوب الزنا، حتى لا يؤمن إذا سكر أن يثب على حرمه وهو لا يعقل، والخمر لا

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٣.

(٢) البحار: ج ٧٩، ص ١٤٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤٣٣ و ٤٣٤.

(٤) البحار: ج ٧٩، ص ١٢٦.

(٥) البحار: ج ٧٩، ص ١٥٢.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٣٢.



تزيد شاربها إلا كل شر»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «المضطر لا يشرب الخمر، فإنها لا تزيده إلا شراً، ولأنه إن شربها قتله، فلا يشرب منها قطرة»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «النبذ حرام، وإن أهل البيت لا نستشفى بالحرام»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «ما بعث الله نبياً قط إلا وقد علم الله أنه إذا أكمل له دينه كان فيه تحريم الخمر، ولم تزل الخمر حراماً. إن الدين إنما يحول من خصلة ثم أخرى، فلو كان ذلك جملة قطع بالناس دون الدين»<sup>(٤)</sup>.

• عن سيف بن عميرة، عن الإمام الصادق عليه السلام، قال: كنا عنده فسأله شيخ فقال: إن بي وجعاً، وأنا أشرب له النبيذ، ووصفه لي الشيخ. فقال عليه السلام: «ما يمنعك من الماء الذي جعل الله منه كل شيء حي؟ قال: لا يوافقني. قال: فما يمنعك من العسل، قال الله: ﴿فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾؟ قال: لا أجده. قال: فما يمنعك من اللبن الذي نبت منه لحمك واشتد عظمك؟ قال: لا يوافقني.

قال الإمام الصادق عليه السلام: «أتريد أن أمرك بشرب الخمر؟ لا والله لا أمرك»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام قال للمأمون: «من دين أهل البيت عليه السلام: المضطر لا يشرب الخمر لأنها تقتله»<sup>(٦)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «إن الله عز وجل لم يحرم الخمر لاسمها ولكن حرمها لعاقبتها، فما كان عاقبته عاقبة الخمر فهو خمر»<sup>(٧)</sup>.

(١) أمالي الصدوق: ط ٥، ص ٥٢٩.

(٢) علل الشرائع للصدوق: ج ٢، ص ١٦٤.

(٣) طب الأئمة: ص ٦٢.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٣٧.

(٥) تفسير العياشي: ج ٢، ص ٢٦٤.

(٦) المحاسن: ج ٢، ص ١٢٦.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٧٣.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «ولا تجلسوا على مائدة يشرب عليها الخمر، فإن العبد لا يدري متى يؤخذ»<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «من شرب الخمر وهو يعلم أنها حرام، سقاه الله من طينة خَبال [الخبال: صديد أهل النار]، وإن كان مغفوراً له»<sup>(٢)</sup>.

\* قال الإمام علي عليه السلام : «مدمن الخمر يلقى الله عز وجل حين يلقاه كعابد وثن. فقال له حُجر بن عدي: يا أمير المؤمنين مَنْ المدمن الخمر؟ قال عليه السلام : الذي إذا وجدها شربها»<sup>(٣)</sup>.

## الخنزير ولحمه

\* قال الإمام الباقر عليه السلام عن سبب تحريم لحم الخنزير: «وأما لحم الخنزير، فإن الله تبارك وتعالى مسح قوماً في صور شتى، مثل الخنزير والقرود والدب، ثم نهى عن أكل مثله (المثلة) لكيلا يتفع بها ولا يستخف بعقوبتها...»<sup>(٤)</sup>.

## الخولنجان

فوائده:

ذكر السيد عبد الله البوشهري الخولنجان وشيئاً من خواصه، وقال: إذا أخذ منه درهم ويسحق وينخل، ويذرَّ على مقدار نصف رطل من لبن حليب

---

(١) تحف العقول: ص ٧٨.

(٢) المصدر السابق.

(٣) تحف العقول: ص ٨٦.

(٤) آمال الصدوق: ط ٥، ص ٥٢٩.

بقري، ويشرب على الريق، فإنه غاية في أمر الباء. وهذا مجرب كما نقله بعض الأطباء<sup>(١)</sup>.

ويفيد الخولنجان في التهاب المثانة وتضخم البروستات والاضطرابات النفسية والأرق. وقد ذكرنا وصفة يدخل فيها الخولنجان في مادة (الريح) لأنه يفيد في التهاب الكولون والتخلص من الغازات، فراجع.

## الخيار

\* راجع (القثاء).

## الخيري (ودهنه)

تعريفه:

قال ابن البيطار: الخيري نبات معروف، له زهر مختلف: بعضه أبيض، وبعضه فرفري، وبعضه أصفر. والأصفر نافع من أعمال الطب.

قال جالينوس: جملة هذا النبات، قوة تجلو، وهي لطيفة مائية، وأكثر ما توجد هذه القوة في زهرته، وفي اليابس من الزهرة أكثر منها في الرطب الطري.

فائدة دهنه:

قال ابن البيطار في دهن الخيري:

---

(١) التحفة الرضوية في مجربات الإمامية: ص ٧٥، عن السحاب اللآلي.

قال التميمي: لطيف محلل، يوافق الجراحات، وخاصة ما عمل من الأصفر منه، وهو شديد التحليل لأورام الرحم، والأورام الكائنة في المفاصل، ولما يعرض من التعقد والتحجر في الأعصاب والتقبض، وفعله في ذلك أكثر من جميع الأدهان المتخذة من سائر الأزهار. وقد يقوي شعر الرأس ويكثفه، ويدخل في المراهم المحللة للجراحات<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* عمن ذكره عن الإمام الصادق عليه السلام قال: ذكر دهن البنفسج فزكاه، ثم قال: وإن الخيري لطيف<sup>(٢)</sup>.

\* عن الحسن بن الجهم، قال: رأيت أبا الحسن الكاظم عليه السلام يدهن بالخيري فقال لي: آدهن.

فقلت: أين أنت عن البنفسج، وقد روي فيه عن أبي عبد الله الصادق عليه السلام ما روي؟... قال عليه السلام: «أكره ريحه». قال ابن الجهم: قلت له: وإني قد كنت أكره ريحه وأكره أن أقول ذلك، لما بلغني فيه عن أبي عبد الله عليه السلام. فقال: «لا بأس»

(والمقصود: لا بأس به فإن كراهة الرائحة لا تنافي فضله ونفعه)<sup>(٣)</sup>.

(١) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٢٢٦.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٢٣، عن الكافي.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٢٣، عن الكافي: ج ٦، ص ٥٢٢.



## حرف الدال

### الداء والدواء (والشفاء)

\* مدخل: قرر القرآن الكريم مبدأ المعالجة بشقيها: الداخلي (شرب الدواء) والخارجي (الدهون والغسل)، يظهر ذلك من قوله تعالى لأَيُّوبَ عَلَيْهِ السَّلَامُ حين ابتلي بمرض جلدي، فقال له: ﴿أَرَكُنْ بِرَبِّكَ هَذَا مُعْتَسِلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ﴾<sup>(١)</sup>. أي ادفع برجلك الأرض، فتنبع لك فيها نبعة أولى، فاغتسل منها، ثم تنبع لك نبعة أخرى، فاشرب منها، تبرأ بإذن الله. هاتان النبتتان فيهما مواد طبية من نوعين مختلفين: الأولى تعالج المرض الجلدي خارجياً كالمرهم، والثانية فيها مضاد حيوي للالتهاب (أنتي بيوتيك) فإذا شربها المريض عالجت المرض من داخل الجسم. والآية جمعت النوعين المتكاملين من العلاج، فبرىء أَيُّوبَ عَلَيْهِ السَّلَامُ بقدرته الله.

### الدواء الذي لا داء معه

\* قيل: اجتمع عند الملك كسرى أربعة من الحكماء: عراقي ورومي وهندي وسوادي. فقال لهم كسرى: كل واحد منكم يصف لي الدواء الذي لا داء معه!

(١) سورة ص، الآية: ٤٢.

فقال العراقي: الدواء الذي لا داء معه، أن تشرب كل يوم ثلاث جرعات على الريق من الماء الساخن.

وقال الرومي: الدواء الذي لا داء معه، أن تبلع كل يوم قليلاً من حب الرشاد.

وقال الهندي: الدواء الذي لا داء معه، أن تأكل كل يوم ثلاث حبات من الهليلج الأسود.

والسوادي ساكت، وكان أحذقهم. فقال له الملك: لم لا تتكلم؟ فقال: يا مولانا، الماء الساخن يذيب شحم الكلى ويرخي المعدة، وحب الرشاد يهيج الصفراء، والهليلج الأسود يهيج السوداء.

قال: فما الذي تقول أنت؟ قال: يا مولانا، الدواء الذي لا داء معه، أن لا تأكل إلا بعد الجوع، وإذا أكلت فارفع يدك قبل الشبع، فانك لا تشكو إلا علة الموت.

\* وما أقرب هذا من قول الإمام علي عليه السلام لابنه الحسن: «يا بني، ألا أعلمك أربع كلمات تستغني بها عن الطب؟ فقال الحسن عليه السلام: بلى. قال: لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع، ولا تقم عن الطعام إلا وأنت تشتهي، وجود المضغ، وإذا نمت فاعرض نفسك على الخلاء. فإذا استعملت هذه استغنيت عن الطب!»<sup>(١)</sup>

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «ما أنزل الله من داء إلا أنزل له دواء، علمه من علمه وجهله من جهله»<sup>(٢)</sup>.

(١) شجرة طوبى للمازندراني: ج ٢، ص ٣٦٨، عن الخصال للصدوق.

(٢) العقد الفريد: ج ٧، ص ٢٦٤.

- \* عن النبي ﷺ : «لا تكرهوا أربعة فإنها لأربعة، لا تكرهوا الزكام فإنه أمان من الجذام، ولا تكرهوا الدماميل فإنها أمان من البرص، ولا تكرهوا اليرقان فإنه أمان من العمى، ولا تكرهوا السعال فإنه أمان من الفالج»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «الذي أنزل الداء أنزل الشفاء»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «من استقل برأيه فلا يتداوى، فرب دواء يورث الداء»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ عن أبي الدرداء قال : «إن الله أنزل الداء والدواء، وجعل لكل داء دواء، فتداووا، ولا تتداووا بحرام»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «الداء ثلاث والدواء ثلاث، فالداء : المرة والبلغم والدم، فدواء الدم الحجامة، ودواء المرة المشي، ودواء البلغم الحمام»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «إن الذي خلق الأدوية جعل لها دواء، وإن خير الدواء : الحجامة والفضاد والحبة والسوداء»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «تداووا، فإن الذي أنزل الداء أنزل الدواء»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «ما أنزل الله من داء إلا أنزل له شفاء»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «ما خلق الله داء إلا وخلق له دواء، إلا السام»<sup>(٩)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «تداووا، فما أنزل الله داء إلا أنزل معه الدواء، إلا السام (أي الموت)، فإنه لا دواء له»<sup>(١٠)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٤، عن الخصال للصدوق: ج ٢، ص ٩٩.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٠.

(٣) العقد الفريد: ج ٧، ص ٢٦٣.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٧٦.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ٧٦.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٧٣.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٧٠، عن ضوء الشهاب ودعوات الراوندي.

(٨) البحار: ج ٥٩، ص ٦٨.

(٩) طب النبي (ص): ص ١٩.

(١٠) البحار: ج ٥٩، ص ٦٥، عن كتاب السرائر لابن إدريس.



\* عن النبي ﷺ : «تجنب الدواء ما احتمل بدنك الداء، فإذا لم يحتمل الداء فالدواء»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «واجتنب الدواء ما لزمتك الصحة، فإذا أحسست بحركة الداء فأحرقه بما يردعه قبل استعجاله»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «إذا دخلتم بلدة وبيئاً وخفتم وباءها فعليكم بصلها...»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «في الحبة السوداء شفاء من كل داء إلا السام»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «ذكر عنده اللحم والشحم فقال: «ليس منهما بضعة تقع في المعدة، إلا أنبت مكانها شفاء، وأخرجت من مكانها داء»»<sup>(٥)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «من لم يشفه الحمد فلا شفاء الله»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «ربما كان الدواء داء، والداء دواء»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «شرب الدواء للجسد كالصابون للثوب، ينقيه ولكن يُخلقه» (أي يبليه)<sup>(٨)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «لحوم البقر داء، وألبانها دواء، وأسمانها شفاء»<sup>(٩)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «لا يتداوى المسلم حتى يغلب مرضه صحته»<sup>(١٠)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ٤١٨.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٩.

(٣) رمز الصحة: ص ١٤٤، عن الفردوس.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ٦٨.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٥.

(٦) البحار: ج ٥٩، ص ٧٥.

(٧) نهج البلاغة الكتاب: ٣١.

(٨) آخر شرح النهج لابن أبي الحديد الحكمة: ٤٢٢.

(٩) مستدرک النهج: ص ١٦٢، ومكارم الأخلاق: ص ١٥٩.

(١٠) الخصال للصدوق: ص ١٦١.

- \* عن الإمام علي عليه السلام : «إمّش بدائك ما مشى بك»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «آخر الدواء الكي»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «سُور المؤمن شفاء» (السور: هو بقية الماء في الإناء)<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «ليس من داء إلا وهو من داخل الجوف إلا الجراحة والحمى»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام في حديثه مع حَبّابة الوالدية وقد أرادت إطعام أخيها لحم السمك الجزيّ (الأسود) فقال: «يا حبابة، إن الله لم يجعل الشفاء فيما حرم...»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «العسل شفاء من كل داء ولا داء فيه، يقلّ البلغم، ويجلو القلب»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «من بلغ السبعين اشتكى من غير علة»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «البطيخ شحمة الأرض، لا داء فيه ولا غائلة»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الإمام زين العابدين عليه السلام : «العافية مُلك خفي»<sup>(٩)</sup>.
- \* عن بعض أصحابنا قال: دفعتُ إلي امرأة غزلاً، فقالت: ادفعه بمكة ليخاط به كسوة للكعبة، قال: فكرهت أن أدفعه إلى الحجة وأنا أعرفهم. فلما صرت إلى المدينة دخلت على أبي جعفر الباقر عليه السلام وحكيّت له ذلك فقال:

(١) النهج حكمة: ٢٦.

(٢) نهج البلاغة خطبة ١٦٦.

(٣) وسائل الشيعة ج ١٧، ص ٢٠٨، عن الخصال الأربعمئة.

(٤) الخصال للصدوق: ص ١٦١.

(٥) البحار ج ٦٢، ص ٨٦.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٦٦.

(٧) مستدرك النهج: ص ١٨٨.

(٨) مكارم الأخلاق: ص ١٨٥.

(٩) صحيفة الرضا (ع): ص ٨٦.

«اشتر به عسلًا وزعفرانًا، وخذ من طين قبر الحسين عليه السلام واعجنه بماء السماء واجعل فيه شيئًا من عسل وزعفران، وفزقه على الشيعة، ليداووا به مرضاهم»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال لبشير النبال: «بأي شيء تداوون مرضاكم؟ قال: بهذه الأدوية المرار. قال: لا، إذا مرض أحدكم فخذ السكر الأبيض فدقه، ثم صب عليه الماء البارد واسقه إياه، فإن الذي جعل الشفاء في المرار قادر أن يجعله في الحلاوة»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن نبأ مرض، فقال: لا أتداوى حتى يكون الذي أمرضني هو الذي يشفيني، فأوحى الله تعالى إليه: لا أشفيك حتى تتداوى، فإن الشفاء مني (والدواء مني)، فجعل يتداوى فأتى الشفاء»<sup>(٣)</sup>.

\* في حديث الصادق عليه السلام فيمن سأل أن يستخدم النبيذ الصلب للبواسير، فقال: «إن الله عز وجل لم يجعل في شيء مما حرمه، دواء ولا شفاء»<sup>(٤)</sup>.

\* سئل الصادق عليه السلام عن دواء عجن بخمر؟ فقال: «ما أحب أن أنظر إليه ولا أسمه، فكيف أتداوى به؟!»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام سئل عن الرجل يداويه اليهودي والنصراني، قال: «لا بأس إنما الشفاء بيد الله»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام سئل عن المرأة تصيبها العلل في جسدها، أيصلح أن يعالجها الرجل؟ قال: «إذا اضطرت إلى ذلك فلا بأس»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٥، عن المحاسن للبرقي.

(٢) المحاسن: ص ٥٠١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٣٦٢.

(٤) طب الأئمة: ص ٣٢.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٩٠، عن الكافي: ج ٦، ص ٤١٤.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٧٣.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٧٤.

- \* عن الصادق عليه السلام : «إظهار الشيء قبل أن يستحكم، مفسدة له»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام شكاً إليه محمد بن خالد أمير المدينة وجعاً يجده في جوفه، فقال عليه السلام : «حدثني أبي عن جده عن علي عليه السلام أن رجلاً شكاً إلى رسول الله ﷺ وجعاً يجده في جوف، فقال : خذ شربة عسل وألق فيها ثلاث حبات شونيز (الحبة السوداء) أو خمساً أو سبعمائة، واشربه تبرأ بإذن الله. ففعل ذلك الرجل فبرئ». فخذ أنت ذلك»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «من أصابه ضعف في قلبه أو بدنه، فليأكل لحم الضأن باللبن، فإنه يُخرج من أوصاله كل داء وغائلة، ويقوي جسمه ويشدّ منته» (أي ظهره)<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «من ظهرت صحته «أي تفوقت» على سقمه، فعالج نفسه بشيء فمات، فقد أعان على نفسه «أي أعان على هلاك نفسه»»<sup>(٤)</sup>.
- (وفي رواية) «فأنا إلى الله بريء منه»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «أنزل الله الداء وأنزل الشفاء، وما خلق الله داء إلا جعل له دواء، فاشرب وسمّ الله تعالى»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «اجتنب الدواء ما احتمل بدنك الداء»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «لو يعلم الناس ما في التفاح، ما داووا مرضاهم إلا به»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «إن التين يذهب بالبخر، ويشدّ العظم، وينبت الشعر،

(١) طب الأئمة (ع) لشير: ص ٩٧.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٧٢، عن دعائم الإسلام.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٦٤.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ٦١.

(٥) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٦.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ٦٣.

(٧) الفصول المهمة للحر العاملي.

(٨) البحار: ج ٦٢، ص ٩٣.

ويذهب بالداء ولا يحتاج إلى دواء»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «كل شيء أخرجت الأرض فيه داء وشفاء، إلا الأرز فإنه شفاء ولا داء فيه»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الباقلا (أي الفول) يذهب الداء ولا داء فيه»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «خير تموركم البرني يذهب بالداء ولا داء فيه...»<sup>(٤)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام قال ينصح بالتقليل من تناول الدواء:

«ليس من دواء إلا وهو يهيج داء، وليس شيء في البدن أنفع من إمساك اليد (أي التقدير في الطعام) إلا عما يحتاج إليه»<sup>(٥)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «ادفعوا معالجة الأطباء ما اندفع المداواة عنكم، فإنه بمنزلة البناء، قليلة يجزّ إلى كثيره»<sup>(٦)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «من أخذ سكرتين (المقصود سكر قطع) عند النوم، كان شفاء من كل داء إلا السام»<sup>(٧)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «في العسل شفاء من كل داء...»<sup>(٨)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «إن الثمار إذا أدركت (أي نضجت) ففيها الشفاء لقوله جل وعز: ﴿كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ﴾»<sup>(٩)</sup>،<sup>(١٠)</sup>.

---

(١) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١٣٣، عن الفروع والمحاسن.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٢٦١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٣.

(٤) المحاسن للبرقي: ص ٥٣٣.

(٥) روضة الكافي: ص ٢٧٣.

(٦) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٢٣، عن طب الأئمة.

(٧) رمز الصحة: ص ٢١٠.

(٨) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٩) سورة الأنعام، الآية: ١٤١.

(١٠) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٧.

عن الرضا عليه السلام: «إن يكن في شيء شفاء، ففي شرطة حجام أو شربة عسل»<sup>(١)</sup>.

عن الرضا عليه السلام: «إن الله تعالى جعل البركة في العسل، وفيه شفاء من الأوجاع، وقد بارك عليه سبعون نبياً»<sup>(٢)</sup>.

عن الرضا عليه السلام قال لأحد أصحابه: «فعلبك بالسلق، فإنه ينبت على نهر في شاطئ الفردوس، وفيه شفاء من الأدوية، وهو يغلف العظم وينبت اللحم»<sup>(٣)</sup>.

عن الرضا عليه السلام: «أطعموا مرضاكم السلق (يعني ورقه) فإن فيه شفاء، ولا داء معه ولا غائلة له...»<sup>(٤)</sup>.

عن كامل قال: سمعت موسى بن عبد الله بن الحسن يقول: سمعت أشياخنا يقولون: ألبان اللقاح (أي الإبل) شفاء من كل داء وعاهة في الجسد»<sup>(٥)</sup>.

عن بعض أهل البيت النبوي عليه السلام أنه كان إذا أصابته علة، جمع بين ماء زمزم والعسل، واستوهب من مهر أهله شيئاً. وكان يقول: قال الله تعالى: ﴿وَزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً مُبَارَكًا﴾<sup>(٦)</sup> وقال تعالى: ﴿فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾<sup>(٧)</sup> وقال عليه السلام: «ماء زمزم لما شرب له». وقال تعالى: ﴿فَإِنْ طِبَّ لَكُمْ عَنْ شَيْءٍ مِنْهُ فَسَافِكُوهُ هَبَّيْنًا مَرَّيْنًا﴾<sup>(٨)</sup>. فمن جمع بين ما بورك فيه، وبين ما فيه شفاء، وبين الهنيء المريء، يوشك أن يلقى العافية»<sup>(٩)</sup>.

(١) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٣.

(٢) صحيفة الرضا (ع): ص ٩٠.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٩.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨١.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ١٠٢.

(٦) سورة ق، الآية: ٩.

(٧) سورة النحل، الآية: ٦٩.

(٨) سورة النساء، الآية: ٤.

(٩) المستطرف للأبشيبي: ج ٢، ص ٣٤٨.

وقد مرت رواية مشابهة تجدها في (العسل).

## الأدوية المركبة

وهي أدوية مركبة من عدة مواد تنفع لكثير من الأمراض باذن الله تعالى،  
من أشهرها: دواء النبي محمد ﷺ وهو دواء الشافية، والدواء الجامع  
للإمام الرضا عليه السلام.

### الروايات:

\* عن المفضل بن عمر، عن الإمام الصادق عليه السلام قال: «هذا الدواء دواء  
محمد ﷺ، وهو يشبه الدواء الذي أهدها جبرئيل عليه السلام إلى موسى بن  
عمران عليه السلام، وذلك أن فرعون دعا موسى وقومه إلى مائدة وأراد أن يسم  
بني إسرائيل، فجعل لهم عيداً يوم الأحد، وجعل السم في الأطعمة، وخرج  
موسى عليه السلام ببني إسرائيل وهم ستمائة ألف، وقبل أن يأكلوا سقاهم من  
هذا الدواء لكل شخص مقدار ما يحمله رأس الإبرة. فلما أكلوا لم يضرهم  
السم ونجوا.

ثم أنزل الله تعالى على رسوله ﷺ هذا الدواء عن طريق جبرئيل.

\* قال الصادق عليه السلام: «وهو الدواء الذي لا يؤخذ لشيء من الأشياء إلا نفع  
صاحبه، وهو لما يشرب له من جميع العلل والأرواح والأوجاع... وهذا  
تركيبه: تأخذ جزءاً (أربعة أرتال) من ثوم مقشر، ثم تشدخه ولا تنعم دقه،  
وتضعه في طنجير أو في قرح على قدر ما يحضرك، ثم توقد تحته بنار لينة.  
ثم تصب عليه من سمن البقر قدر ما يغمره (أربعة أرتال)، وتطبخه بنار لينة  
حتى يشرب ذلك السمن. ثم تسقيه مرة بعد أخرى حتى يشرب ذلك السمن،  
ثم تسقيه مرة بعد أخرى حتى لا يقبل الثوم شيئاً. ثم تصب عليه اللبن

الحليب، فتوقد تحته بنار لينة، وتفعل ذلك مثل ما فعلت بالسمن، وليكن اللبن أيضاً لبن بقرة حديثة الولادة، حتى لا يقبل شيئاً ولا يشرب.

ثم تعمد إلى غسل الشهد فتعصره من شهبه، وتغليه على النار على حدة، ولا يكون فيه من الشهد شيء، ثم تصبه على الثوم، وتوقد تحته بنار لينة، كما صنعت بالسمن واللبن.

ثم تعمد إلى عشرة دراهم من الشونيز (حبة البركة) وتدقه دقاً ناعماً، وتنظف الشونيز ولا تنخله، وتأخذ وزن خمسة دراهم فلفل ومرزنجوش وتدقه، ثم ترمي فيه، وتصيره مثل خبيصة على النار.

ثم تجعله في إناء لا يصيبه الغبار ولا شيء ولا ريح، ويجعل في الإناء شيء من سمن البقر ويدهن به الإناء، ثم يدفن في شعير أو رماد أربعين يوماً، وكلما عتق كان أجود.

ويأخذ صاحب العلة في الساعة التي يصيبه فيها الأذى الشديد مقدار حمصة<sup>(١)</sup>.

\* الدواء الجامع للإمام الرضا عليه السلام قال: «خذ سنبل وزعفران وقاقلة وعافر قرحا وخريق أبيض وبنج وفلفل أبيض، أجزاء سواء بالسوية، وأبرفيون جزءين، يدق ذلك كله دقاً ناعماً وينخل بحريرة، ويعجن بضعفي وزنه عسلاً منزوع الرغوة، ويسقى منه المريض، فإنه يبرأ من ساعته بإذن الله تعالى»<sup>(٢)</sup>.

\* عن عبد الله والحسين ابني بسطام في (طب الأئمة) عليهم السلام قالوا: «أملئ علينا أحمد بن رباح المتطبب هذه الأدوية، وذكر أنه عرضها على الإمام فرضيها، وقال: إنها تنفع بإذن الله تعالى...»

وذكر أنه لبعض الأنبياء عليهم السلام. وهو:

يؤخذ من خيار شنبر رطل منقى، وينقع في رطل من ماء يوماً وليلة، ثم

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٥٢.

(٢) بحار الأنوار: ج ٦٢، ص ٢٤٥، و ٢٤٧ جمع روايتين.



يصفى فيؤخذ صفوه ويطرح ثقله. ويجعل مع صفوه رطل من عسل، ورطل من أفسرج السفرجل «وهو مدقوق السفرجل مع عصيره بدون طبخ»، وأربعين مثقالاً من دهن الورد، ثم تطبخه بنار لينة حتى يثخن، ثم ينزل عن النار ويتركه حتى يبرد. فإذا برد جعلت فيه الفلفل ودار فلفل وقرفة القرافل وقرنفل وقاقلة وزنجبيل ودار صيني وجوز بوا، من كل واحد ثلاثة مثاقيل مدقوق منخول. فإذا جعلت فيه هذه الأخلاط عجنّت بعضه ببعض، وجعلته في جرة خضراء أو في قارورة. والشربة مثقالان على الريق نافع بإذن الله عز وجل»<sup>(١)</sup>.

\* دواء الطريفل: للطريفل عند الأطباء نسخ كثيرة، وعمدة أجزاء جميعها ما ورد في الخبر. وأقربها منه الطريفل الصغير، وهو مركب من الهليلج الكابلي والأسود والأصفر، والأملج والبليج، أجزاء سواء، وتلت بدهن الجوز، ويعجن بالعسل ثلاثة أضعاف جميع الأجزاء. ويستعمل بعد شهرين إلى ثلاث سنين، وهو من أنفع الأدوية عندهم.

وقد روي عن الإمام الصادق عليه السلام: «أن موسى بن عمران عليه السلام شكّا إلى ربه تعالى البلة والرطوبة، فأمره الله أن يأخذ الهليلج والبليج والأملج، فيعجنه بالعسل ويأخذه.

ثم قال عليه السلام: هو الذي يسمونه عندكم الطريفل».

وعن ابن عباس عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم: «الهليلج الأسود وبليج وأملج، يغلى بسمن البقر ويعجن بالعسل - يعني الطريفل»<sup>(٢)</sup>.

## ملاحظة:

الدرهم = ٣,٤ غ، والمثقال = ٤,٨ غ، والأوقية = ٣٤ غ، والرطل = ٤٠٨ غ (راجع صفحة ١٨).

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٤١.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٤٠، عن روضة الكافي ص ١٩٣.

## الدراج

### تعريفه:

هو طير مبارك، كثير التاج، محدب الظهر، مبشر بالربيع. ويؤكل لحمه وتحس مرقته، فإنها تزيد في الباه، وتقوي الشهوة. والمداومة على أكل لحمه، يزيد في الدماغ والفهم والمنى<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

قال النبي ﷺ: «من سره أن يقتل (وفي رواية: يقرّ) غيظه، فليأكل الدراج» (أي أن أكله يذهب الغيظ)<sup>(٢)</sup>.

عن النبي ﷺ: «من اشتكى فؤاده وكثر غمه، فليأكل الدراج»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إذا وجد أحدكم غماً أو كرباً، لا يدري ما سببه، فليأكل لحم الدراج، فإنه يسكن إن شاء الله»<sup>(٤)</sup>.

## الدم

\* عن الباقر عليه السلام، عن سبب تحريم أكل الدم قال: «وأما الدم، فإنه يورث أكله الماء الأصفر، ويورث الكلب، وقساوة القلب، وقلة الرأفة والرحمة،

---

(١) عجائب المخلوقات للقرظيني.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ١٠٧، شبيه ذلك.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ١٠٧.

(٤) مكارم الأخلاق.

- ثم لا يؤمن على حميمه، ولا يؤمن على من صحبه»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «إن للدم وهيجه ثلاث علامات: البثرة في الجسد، والحكة، وديب الدواب» (أي الشعور بالتنمل)<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام عن سويق العدس قال: «... وكان إذا هاج الدم بأحد من حشمه قال: اشرب من سويق العدس، فإنه يسكن هيجان الدم ويطفىء الحرارة»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام: «علامات الدم أربع: الحكة والبثرة والنعاس والدوران»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام عن السلق قال: «يشد العقل ويصفي الدم»<sup>(٥)</sup>.

## الدماغ

- \* عن الصادق عليه السلام: «الدبا (وهو القرع) يزيد في العقل والدماغ، وهو جيد لوجع القولنج»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «أكل الباقلا يمدخ الساقين، ويزيد في الدماغ، ويولد الدم الطري»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «دهن البنفسج يرزن الدماغ»<sup>(٨)</sup>.

(١) أمالي الصدوق: ط ٥، ص ٥٢٩.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ٥٥.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩٣.

(٤) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٥٠.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٩.

(٦) كشف الأخطار لشمس الدين بن محمد الحسيني - مخطوط.

(٧) الطبري - مكارم الأخلاق: ص ١٨٣.

(٨) الكافي: ج ٦، ص ٥٢٢.

\* عن الرضا عليه السلام: «عليكم بالقرع فإنه يزيد في الدماغ» (أي في نشاطه)<sup>(١)</sup>.

## الدهن والادّهان

\* راجع (البنفسج)

قال النبي ﷺ: «عن ابن عباس قال: ليس شيء خيراً للجسد من الرازقي. قلت: وما الرازقي؟ قال: الزنبق»<sup>(٢)</sup>.

عن النبي ﷺ: «عليك بالزيت، فكله وادهن به، فإن من أكله وادهن به لم يقربه الشيطان أربعين يوماً»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام عن النبي ﷺ قال: «ادهنوا غباً (أي ادهنوا يوماً واتركوه أياماً) واكتحلوا وتراً (أي كل يومين مرة)، وامشطوا رَسَلاً رَجَلاً، واستاكوا عرضاً (أي دائماً)»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «ادهنوا بالزيت واتدموا به، فإنه دهنة الأخيار وإدام المصطفين...»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ما كان دهن الأولين إلا زيت»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الرازقي أفضل ما دهنتم به الجسد»<sup>(٧)</sup>.

(١) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٦.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ٧٦.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧١ شبيهه.

(٤) فقه الرضا (ع): ص ٤٠٧.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧١.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٢.

(٧) طب الأئمة: ص ٧٦.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «الدهن يلين البشرة، ويزيد في الدماغ والعقل، ويسهل الطهور (وفي الخصال: ويسهل مجاري الماء)، ويذهب بالشعث، ويصفي اللون»<sup>(١)</sup>.

## الدواء

\* راجع (الداء)

## الديدان

قال النبي صلى الله عليه وآله: «كلوا التمر على الريق، فإنه يقتل الديدان في البطن، قال الصدوق: يعني بذلك كل التمور إلا البرني، فإن أكله على الريق يورث الفالج»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «من أكل سبع تمرات عجوة عند مضجعه قتلن الدود في بطنه»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «خل الخمر يشد اللة ويقتل دواب البطن ويشد العقل»<sup>(٤)</sup>.

\* عن سفيان بن السمط قال الصادق عليه السلام: «عليك بخل الخمر فاغتمس (أو ارتمس) فيه، فإنه لا يبقى في جوفك دابة إلا قتلها»<sup>(٥)</sup>.

\* وجد في بعض كتب أصحابنا: أن الحمص إذا نقع في الخل ليلاً وأكل على

(١) تحف العقول: ص ٧٢.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ١٦٥، عن العيون: ج ٢، ص ٤٠.

(٣) الكافي للكليني - وطب الأئمة: ص ٦٥.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٩.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٩.

الريق صباحاً، ولا يؤكل في ذلك اليوم شيء، جيد لذلك<sup>(١)</sup>.

## الديك

قال النبي ﷺ: «لا تسبوا الديك، فإنه يدل على مواقيت الصلاة»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «صباح الديك صلاته، وضربه بجناحيه ركوعه وسجوده»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الديك الأبيض صديقي وصديق كل مؤمن»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «في الديك الأبيض خمس خصال من خصال الأنبياء: معرفة بأوقات الصلاة، والغيرة والسخاء والشجاعة وكثرة الطروقة» (أي كثرة الجماع)<sup>(٥)</sup>.

## (قوة) الذاكرة

\* انظر (الحفظ)

---

(١) التحفة الرضوية من مجربات الإمامية: ص ٦٥.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٣٠.

(٣) رمز الصحة للدعرجي: ص ١٩٠.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٣٠ شبيهه.

(٥) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٩٨.



## حرف الذال

### الذباب

\* عن الصادق عليه السلام: «لولا الذباب الذي يقع في أطعمة الناس من حيث لا يعلمون، لأسرع فيهم الجذام»<sup>(١)</sup>.

\* قال أحمد بن عمر بن المقدم الرازي: وقع الذباب على المنصور فذبه عنه، فعاد فذبه حتى أضجره. فدخل عليه الإمام جعفر الصادق عليه السلام، فقال له المنصور: يا أبا عبد الله، لِمَ خلق الله تعالى الذباب؟!.. فقال عليه السلام: «ليذل به الجبابرة»<sup>(٢)</sup>.

### (العضو) الذكر

\* عن الصادق عليه السلام: «والسعر والملح (معاً) يطردان الرياح من الفؤاد... ويصلبان الذكر»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «أكل الجزر يسخن الكليتين ويقيم الذكر...»<sup>(٤)</sup>.

(١) طب الأئمة: ص ١٠٦، ومكارم الأخلاق: ص ١٥٢.

(٢) كشف الغمة في معرفة الأئمة لعلي بن عيسى بن أبي الفتح الإربلي، دار الاضواء بيروت: ج ٢، ص ٣٧٠.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٤، عن الفروع والمحسن.





## حرف الراء

### الرأس

• عن الكاظم عليه السلام : «خمس من السنن في الرأس وخمس في الجسد. فأما التي في الرأس فالسواك وأخذ الشارب وفرق الشعر والمضمضة والاستنشاق، وأما التي في الجسد فالحتان وحلق العانة ونتف الإبطين وتقليم الأظافر والاستنجاء»<sup>(١)</sup>.

### الراحة

• عن الإمام علي عليه السلام : «الزوجة الموافقة لإحدى الراحتين»<sup>(٢)</sup>.  
• عن الإمام علي عليه السلام : «من اقتصر على بُلغة الكفاف، فقد انتظم الراحة، وتبوأ خفض الدعة»<sup>(٣)</sup>.  
• عن الصادق عليه السلام : «النوم راحة الجسد، والنطق راحة الروح، والسكوت راحة العقل»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) الخصال: ج ١، ص ٢٧١.

(٢) غرر الحكم.

(٣) النهج حكمة: ٣٧١.

(٤) مجالس الصدوق.

## الرازيانج

\* انظر : (الشعر)

## الربو

\* عن المفضل بن عمر قال: سألت الإمام الصادق عليه السلام قلت: يا بن رسول الله إنه يصيبني ربو شديد إذا مشيت حتى لربما جلست في مسافة ما بين داري ودارك في موضعين.

قال: «يا مفضل اشرب له أبوال اللقاح (أي الإبل). قال: فشربت ذلك فمسح الله دائي»<sup>(١)</sup>.

(أقول): يؤكد ذلك المعنى قول الإمام الكاظم عليه السلام عن الإبل: «أبوال الإبل خير من ألبانها، ويجعل الله الشفاء في ألبانها»<sup>(٢)</sup>.

## الرّجلة

\* راجع (بقلة فاطمة)

---

(١) طب الأئمة (ع): ص ١٥٣.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٧.

## الرضاعة

### \* انظر (اللبن)

قال النبي ﷺ : «توقوا أولادكم لبن البغي والمجنونة، فإن اللبن يعدي»<sup>(١)</sup>.

عن النبي ﷺ : «لا تسترضعوا الحمقاء ولا العمشاء، فإن اللبن يعدي»<sup>(٢)</sup>.

عن النبي ﷺ : «ليس للصبي لبن خير من لبن أمه»<sup>(٣)</sup>.

من وصية النبي ﷺ لعلي عليه السلام قال : «لا رضاع بعد فطام، ولا يتم بعد احتلام»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «ما من لبن يرضع به الصبي أعظم بركة عليه من لبن أمه»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «انظروا من يرضع أولادكم، فإن الولد يشب عليه»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «لا تسترضعوا الحمقاء، فإن اللبن يغلب الطباع»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) البحار: ج ١٠٣، ص ٣٢٣.

(٢) البحار: ج ١٠٣، ص ٣٢٣.

(٣) البحار: ج ١٠٣، ص ٣٢٣.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٤٣٧.

(٥) مستدرک النهج: ص ١٧١.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٥، ص ١٨٨، ومستدرک النهج: ص ١٧٠.

(٧) البحار: ج ١٠٣، ص ٣٢٤.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «تخبروا للرضاع كما تتخبرون للنكاح، فإن الرضا عليه السلام يغير الطباع»<sup>(١)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام: «استرضع لولدك لبن الحسان، وإياك والقباح فإن اللبن يعدي»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام: «لبن اليهودية والنصرانية والمجوسية، أحب إلي من ولد الزنا»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لا تُسترضع الصبي المجوسية، وتُسترضع اليهودية والنصرانية، ولا يشربن الخمر يُمنعن من ذلك»<sup>(٤)</sup>.

## الرطب

\* راجع (التمر).

## الرعاف

\* عن ابن بكير، قال: رعت، فسئل الإمام الصادق عليه السلام في ذلك، فقال: «اسقوه سويق التفاح»، فانقطع الرعاف»<sup>(٥)</sup>.

## الرمان

فوائده:

يفيد الرمان في حبه وقشره وجذره.

---

(١) البحار: ج ١٠٣، ص ٣٢٣.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٥، ص ١٨٩.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٥، ص ١٨٥.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٥، ص ١٨٥.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٩٣.

ومن أهم فوائد عصير الرمان أنه مادة هاضمة وخاصة للدهون. وأما قشرة الجذر فتستعمل طاردة للديدان، وخاصة الدودة الوحيدة. أما قشرة الثمار فتستعمل بصورة مغلي في حالات الديزنتري والاسهالات واضطرابات الأمعاء<sup>(١)</sup>.

أما الغشاء الرقيق الذي بين حبات الرمان، فهو يدبغ المعدة ويقويها، وهو المقصود في الروايات بقوله: «كلوا الرمان بشحمه، فإنه دباغ المعدة». ملاحظة: الرمان المليسي يكون لون حبه أخضر وبذرة الحبة صغيرة، وهو أفخر أنواع الرمان، بينما الرمان الأحمر الغامق فتكون بذرته أكبر (إذاعة القدس).

## الروايات:

- عن عبد الله بن العباس كان يقول: إن رسول الله ﷺ كان إذا أكل الرمانة لم يشركه أحد فيها، ويقول: «في كل رمانة حبة من حبات الجنة»<sup>(٢)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام: «كلوا الرمان (المز) بشحمه فإنه دباغ للمعدة، وحياة للقلب، ويذهب بوسواس الشيطان»<sup>(٣)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام: «أطعموا صبيانكم الرمان، فإنه أسرع لألستهم»<sup>(٤)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام: «كلوا الرمان بشحمه ولحمه، فهو دباغ المعدة».
- روي أن يهودياً قال لعلي عليه السلام: إن محمداً قال: «إن في كل رمانة حبة من الجنة، وأنا كسرت واحدة وأكلتها كلها». فقال عليه السلام: «صدق رسول

(١) النباتات الطبية واستعمالاتها للدكتور محمد العودات: ج ١، ص ١٤٤.

(٢) رمز الصحة: ص ١٩٣.

(٣) تحف العقول: ص ٨٨.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧١.

الله ﷻ، وضرب اليهودي على لحيته فوقعت حبة رمان، فتناولها الإمام عليه السلام وأكلها، وقال: لم يأكلها الكافر والحمد لله<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كان أمير المؤمنين عليه السلام إذا أكل الرمان بسط تحته منديلاً فستل عن ذلك؟ فقال: لأن فيه حبات من الجنة. فقيل له: إن اليهودي والنصراني ومن سواهم يأكلونها! قال: إذا كان ذلك بعث الله إليه ملكاً فانزعها منه لئلا يأكلها»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام الصادق عن آبائه عليه السلام عن أمير المؤمنين عليه السلام قال: «كل الرمان بشحمه فإنه دباغ للمعدة وفي كل حبة منها إذا استقرت في المعدة حياة للقلب وإنارة للنفس وتقرض وساوس الشيطان أربعين صباحاً، والرمان من فواكه الجنة، قال تعالى: ﴿فِيهَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ﴾»<sup>(٣)</sup>،<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام عن الرمان وشحمه قال: «فإنه يذهب بالحفر وبالبخر ويطيب النفس» (الحفر: مرض بالأسنان يسبب تساقطها)<sup>(٥)</sup>.

\* عن زين العابدين عليه السلام: «شيثان (صالحان) ما دخلا جوفاً قط إلا أفسداه، وشيثان (فاسدان) ما دخلا جوفاً قط إلا أصلحاه.

فأما اللذان يصلحان جوف ابن آدم، فالرمان والماء الفاتر. وأما اللذان يفسدانه فالجبن والقديد «القديد» (هو اللحم المقدد)<sup>(٦)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام: «الفاكهة عشرون ومائة لون، سيدها الرمان»<sup>(٧)</sup>.

وفي ذلك قال الشاعر ابن الأعمس في منظومته:

---

(١) الخرايج والجرايح لقطب الدين الراوندي.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٢٦.

(٣) سورة الرحمن، الآية: ٦٨.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ١٣٤.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٣، عن المعحسن للبرقي.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٠، ووسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٣٨ شبيهه.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٩، عن الفروع والمعحسن.

وسيد الفواكه الرمانُ يأكله الجائع والشبعانُ  
منور قلوب أهل الدين ومذهب وسوسة اللعين

\* عن الصادق عليه السلام: «لو كنتُ بالعراق لأكلت كل يوم رمانة سورانية،  
واغتست في الفرات غمسة»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «أطعموا صبيانكم الرمان، فإنه أسرع لشبابهم» (أي  
أسرع لنموهم ووصولهم إلى حد الشباب)<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ذكر الرمان، فقال: المرأ أصلح في البطن»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الحارث بن المغيرة، قال: شكوت إلى الصادق عليه السلام ثقلأ أجده في  
فؤادي وكثرة التخمة من طعامي، فقال: «تناول من هذا الرمان الحلو وكله  
بشحمه، فإنه يدبغ المعدة دبغاً، ويشفي من التخمة، ويهضم الطعام ويسبج  
في الجوف»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «من أكل رمانة على الريق، أنارت قلبه، وطردت  
شيطان الوسوسة أربعين صباحاً»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «أربعة يعدلن الطباع: الرمان السوراني (سوري موضع  
بالعراق ينسب إليه) والبسر المطبوخ، والبنفسج والهندباء»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «من أكل رماناً عند منامه، فهو آمن في نفسه إلى أن  
يصبح».

\* عن الصادق عليه السلام: «خمسة من فاكهة الجنة في الدنيا: الرمان الأمليسي»

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٩، عن الفروع والمحاسن.

(٢) وسائل الشيعة للحر العاملي - طب الإمام الصادق لمحمد الخليلي: ص ٧٢.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٢.

(٤) طب الأئمة (ع): ١٣٤.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٣٠.

(٦) الخصال: ج ١، ص ٢٤٩.



(أي الذي لا بذر له...) (١).

- عن الكاظم عليه السلام: «دخان شجر الرمان، ينفي الهوام» (٢).
- عن الكاظم عليه السلام قال: «مما أوصى به آدم إلى هبة الله: عليك بالرمان فإنك إن أكلته وأنت جائع أجزاءك، وإن أكلته وأنت شبهان أمراك» (٣).
- عن الرضا عليه السلام: «كلوا الرمان، فليست فيه حبة تقع في المعدة، إلا أنارت القلب، وأخرست الشيطان أربعين يوماً» (٤).
- عن الرضا عليه السلام: «حطب الرمان ينفي الهوام» (٥).
- عن الرضا عليه السلام: «أكل الرمان الحلو يزيد في ماء الرجل ويحسن الولد» (٦).
- عن عبد الله بن الحسن عليه السلام قال: «كلوا الرمان تنقي أفواهكم» (٧).

## الرمد

- عن النبي صلى الله عليه وآله: «لا تكثرهوا أربعة: الرمد فإنه يقطع عروق العمى، والزكام فإنه يقطع عروق الجذام، والسعال فإنه يقطع عروق الفالج، والدماويل فإنها تقطع عروق البرص» (٨).
- عن الإمام علي عليه السلام قال: «اشتكت عين سلمان وأبي ذر (رض)، فأتاهما النبي صلى الله عليه وآله عائداً لهما، فلما نظر إليهما قال لكل واحد منهما: لا تنم على

(١) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٨٩.

(٢) الكافي للكليني.

(٣) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١١٩، عن الفروع والمحاسن.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٣.

(٥) سفينة البحار: ج ١، ص ٥٣٦.

(٦) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١٢١ و ١٢٢.

(٧) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١٢١.

(٨) البحار: ج ٥٩، ص ٣٠١.

الجانب الأيسر ما دمت شاكياً من عينيك، ولا تقرب التمر حتى يعافيك الله عز وجل»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن في الشونيز (حبة السوداء) شفاء من كل داء، فأنا آخذة للحمى والصداع والرمد ولوجع البطن ولكل ما يعرض لي من الأوجاع، فيشفيني الله عز وجل به»<sup>(٢)</sup>.

## الروح

\* عن الإمام علي عليه السلام: «... فإن روح المؤمن ترتفع إلى الله عز وجل [يقصد أثناء النوم] فيقبلها ويبارك عليها؛ فإن كان أجلها قد حضر جعلها في كنوز رحمته (وفي تحف العقول: جعلها في صورة حسنة)، وإن لم يكن أجلها قد حضر بعث بها مع أمنائه من ملائكته فيردونها في جسدها»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «إن الله تعالى خلق الروح، وجعل لها سلطاناً، فسلطانها النفس. فإذا نام العبد خرج الروح وبقي سلطانه»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «النطق راحة الروح، والسكوت راحة العقل»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «بني الجسد على أربعة أشياء: على الروح والعقل، والدم والنفس. فإذا خرج الروح تبعه العقل، وإذا رأى الروح شيئاً حفظه عليه العقل، وبقي الدم والنفس»<sup>(٦)</sup>.

\* قال الصادق عليه السلام عن السابقين: «هم رسل الله عليه السلام، وخاصة الله من خلقه؛ جعل فيهم خمسة أرواح: أيدهم بروح القدس، فبه عرفوا الأشياء.

(١) طب الأئمة (ع): ص ٨٥.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٢١٢.

(٣) الخصال: ج ٢، ص ٦١٣.

(٤) مناقب ابن شهر آشوب - قصة أسئلة النصرانيين.

(٥) مجالس الصدوق.

(٦) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٢٦.

وأيدهم بروح الإيمان، فبه خافوا الله عزّ وجلّ. وأيدهم بروح القوة، فبه قدروا على طاعة الله. وأيدهم بروح الشهوة، فبه اشتها طاعة الله وكرهوا معصيته. وجعل فيهم روح المدرج، الذي به يذهب الناس ويحيثون<sup>(١)</sup>.

## الريح والرياح

\* راجع (الخولنجان)

مدخل:

من المواد المسببة للرياح والنفخة الجبوب بأنواعها، مثل الحمص، والفول ولا سيما إذا طبخ بقشره، واللوبيا والماش، والعدس والشعير، إذا لم ينعم طبخهما.

ومن المواد المحللة للرياح: الكمون والسذاب، والانيسون والكاشم.

وصفة شراب لمكافحة غازات البطن:

تأخذ النباتات الستة التالية:

- بذر الكمون (ملعقتا شاي)

- حب يانسون (نصف ملعقة شاي)

- مريمية (ملعقة كبيرة)

- جذر خولنجان

- شمر (نصف ملعقة شاي)

---

(١) الكافي للكليني: ج ١، ص ٢٧٢.

- نمنع (حسب الرغبة)

يفلى الماء في إبريق شاي كبير (سعة لتر ونصف) وتضاف إليه المقادير السابقة، ثم يترك مدة ربع ساعة بعد لفه بقماشة لتنحل المواد، ثم يُشرب وهو ساخن مع السكر كالشاي.

لأخذ الفائدة من هذا الدواء لا بدّ من المداومة على شربه نحو شهر ثلاث مرات كل يوم، كل مرة كأساً كبيرة بعد الطعام، فإنه ينفي الرياح والغازات وآلام البطن والتهاب الكولون بإذن الله.

### الروايات:

- \* قال النبي ﷺ: «العسل شفاء لطرد الريح والحمى»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «اللويبا تطرد الريح المتبطنة»<sup>(٢)</sup>.
- \* شكّا ذريح المحاربي قراقر في بطنه إلى الإمام الصادق عليه السلام، فقال: «أتوجعك؟ قال: نعم. قال: ما يمنعك من الحبة السوداء والعسل لها»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام سئل عن الكراث فقال: «كُله، فإن فيه أربع خصال: يطيب النكهة، ويطرد الرياح، ويقطع البواسير، وهو أمان من الجذام لمن أدام عليه»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن إسحاق بن عمار، قال: قلت للصادق عليه السلام: «يقولون الزيت يهيج الرياح، فقال: إن الزيتون يطرد الرياح»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «كل الفجل، فإن فيه ثلاث خصال: ورقه يطرد الرياح،

(١) رمز الصحة: ص ٢٢٩.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠١.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ١٠٠.

(٤) الخصال للصادق: ج ١، ص ٢٥٠.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٢.

وَلَبَّه يسهل البول والهضم، وأصوله تقطع البلغم<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «النانخواه (الكمون الملكي) والجوز، يحرقان البواسير، ويطردان الريح، ويحسنان اللون، ويخشنان المعدة، ويسخنان الكلى. والسعتر والملح يطردان الريح من الفؤاد، ويفتحان السدد، ويحرقان البلغم، ويطيبان النكهة، ويلينان المعدة، ويذهبان بالريح الخبيثة من الفم، ويصلبان الذكر<sup>(٢)</sup>».

\* عن الصادق عليه السلام: «إن عامة هذه الأرواح (جمع ريح) من المرة الغالبة، أو الدم المحترق، أو البلغم الغالب، فليشغل الرجل بمرعاة نفسه قبل أن يغلب عليه شيء من هذه الطوائع فيهلكه<sup>(٣)</sup>».

\* كتب جابر بن حسان الصوفي إلى أبي عبد الله الصادق عليه السلام فقال: «يا ابن رسول الله، منعتني ريح شابكة شبكت بين قرني إلى قدمي فادعُ الله لي، فدعا له وكتب إليه: عليك بسعوط العنبر والزنبق، تعافى إن شاء الله<sup>(٤)</sup>».

\* عن الكاظم عليه السلام: «للريح الشابكة، والحام والابردة في المفاصل، تأخذ كف حلبة وكف تين يابس، تغمرها بالماء وتطبخهما في قدر نظيفة، ثم تصفي ثم تبرد، ثم تشربه يوماً وتغب يوماً حتى تشرب منه تمام أيامك قدر قدح روي<sup>(٥)</sup>».

\* الرسالة المذهبة للإمام الرضا عليه السلام: «ومن أراد أن لا يصيبه الريح في بدنه، فليأكل الثوم كل سبعة أيام مرة<sup>(٦)</sup>».

(١) فروغ الكافي: ج ٦، ص ٣٧١، والخصال: ج ١، ص ١٤٤.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٣) طب الإمام الصادق: ص ٨٠، عن البحار: ج ١٤، ص ٥٤٦.

(٤) طب الصادق (ع): ص ٥٥.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧٥، عن روضة الكافي: ج ٨، ص ١٩١.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٥.

## الريحان والرياحين

عن الحسن عليه السلام أنه قال: «حَيَّانِي النَّبِيُّ ﷺ بَكَلَّتَا يَدَيْهِ بِالْوَرْدِ، وَقَالَ: هَذَا سَيِّدُ رِيحَانِ أَهْلِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ»<sup>(١)</sup>.

عن الصادق عليه السلام: «إِذَا أَتَى أَحَدُكُمْ بَرِيحَانٌ، فَلْيُشِمْهُ وَلْيَضَعْهُ عَلَى عَيْنَيْهِ، فَإِنَّهُ مِنَ الْجَنَّةِ»<sup>(٢)</sup>.

عن مالك الجهني قال: ناولت أبا عبد الله شيئاً من الرياحين، فأخذه فشمه ووضعه على عينيه ثم قال: «مَنْ تَنَاوَلَ رِيحَانَةَ فَشَمَهَا وَوَضَعَهَا عَلَى عَيْنَيْهِ، ثُمَّ قَالَ: اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ، لَمْ تَقَعْ عَلَى الْأَرْضِ حَتَّى يُغْفَرَ لَهُ»<sup>(٣)</sup>.

روي: كل الفاكهة في إقبال دولتها، وأفضلها الرمان والأترج، ومن الرياحين الورد والبنفسج، ومن البقول الهندباء والخس<sup>(٤)</sup>.

قال جالينوس: مَنْ كَانَ لَهُ رَغِيفَانِ، فَلْيَجْعَلْ أَحَدَهُمَا ثَمْنَ التَّرْجَسِ، فَإِنَّ الْخَبِيزَ غِذَاءَ الْبَدَنِ، وَالتَّرْجَسَ غِذَاءَ الرُّوحِ<sup>(٥)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ٤٥.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٤١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤٢، عن روضة الكافي.

(٤) مستدرک الوسائل: ج ٣، ص ١١٩.

(٥) عجائب المخلوقات للقرظيني، بذيل حياة الحيوان للدميري: ج ٢، ص ١٩٧.

## الريحان الجبلي : (الباذروج) = الحوك

تعريفه:

نبته جبلية من البقول، يدعى في اللغة النبطية (باذروج) وفي العبرية (الحوك). ومنها نوع يكون ورقه صغيراً وكثيراً يدعى الريحان الفارسي أو (الحبق)، وأصله في الفارسية (بادرنك)، وهو يزرع في البيوت.

فوائده:

الريحان طارد للغازات ومدر للبول وعلاج للروماتيزم، وهو يقوي القلب جداً، ويجفف الرئة والصدر، ويدّر اللبن. ويأكله الفرس كما نأكل النعنع والترخون، ويدخل في صناعة العطور.

قصة عن الريحان:

في (عجائب المخلوقات) للقزويني: إن الريحان الفارسي لم يكن قبل كسرى أنبشروان، وإنما وجد في زمانه.

وسببه أنه كان ذات يوم جالساً للمظالم، إذ أقبلت حية عظيمة تنساب تحت سرير ملكه، فهمّوا بقتلها، فقال كسرى: كفّوا عنها فإنني أظنها مظلومة. فمرت تنساب، فأتبعها كسرى بعض أساورته، فلم تزل حتى نزلت على فوهة بئر، فنزلت فيها، ثم أقبلت تتطلع. فنظر الرجل فإذا في قعر البئر حية مقتولة وعلى متنها عقرب أسود، فأدلى رمحه إلى العقرب ونخسها به

فقتلها. وأتى الملك فأخبره بحال الحبة. فلما كان في العام القابل أتت تلك الحبة في اليوم الذي كان كسرى جالساً فيه للمظالم، وجعلت تنساب حتى وقفت بين يديه، فأخرجت من فيها بزرراً أسود. فأمر الملك أن يزرع، فنبت منه الريحان... وكان الملك كثير الزكام وأوجاع الدماغ، فاستعمل منه فتنفعه جداً<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «الحوك بقلة طيبة كأنني أراها نابتة في الجنة، والجرجير بقلة خبيثة كأنني أراها نابتة في النار»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام قال: ذكر لرسول الله ﷺ الحوك وهو الباذروج، فقال: «بقلتي وبقلة الأنبياء قبلي، وإني لأحبها وأكلها، وإني أنظر إلى شجرتها نابتة في الجنة»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الشعيري قال: كان أحب البقول إلى رسول الله ﷺ الباذروج<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام الصادق عليه السلام قال: «كان أمير المؤمنين صلوات الله عليه، يعجبه الباذروج»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الحوك بقلة الأنبياء عليه السلام». أما إن فيه ثمان خصال: يمرىء الطعام، ويفتح السدد، ويطيب الجشاء، ويطيب النكهة، ويشهي الطعام، ويسهل الدم، وهو أمان من الجذام، وإذا استقر في جوف الإنسان قمع الداء كله»<sup>(٦)</sup>.

(١) الكنى والألقاب للشيخ عباس القمي: ج ١، ص ٧٩.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٧٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٧٩.

(٤) رمز الصحة: ص ١٣٩.

(٥) الكافي للكليني.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٤٧.



ثم قال: «إنه يزين به أهل الجنة موائدهم»<sup>(١)</sup>.

\* سئل الصادق عليه السلام عن البقل، فقال: «الهندباء والباذروج لنا، والجرجير لبنى أمية»<sup>(٢)</sup>.

\* قال الكاظم عليه السلام عن الباذروج: «إني أحب أن أستفتح به الطعام، فإنه يفتح السدد، ويشهي الطعام ويذهب بالسل. وما أبالي إذا أنا افتتحت به، ما أكلت بعده من الطعام، فإني لا أخاف داء ولا غائلة... ثم قال: اختتم به طعامك فإنه يمرىء ما قبل ويشهي ما بعد، ويذهب بالثقل، ويطيب الجشاء والنكهة» (الجشاء: أي التجشؤ)<sup>(٣)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧٩.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٦، وطب الأئمة: ص ١٣٩ شبيهه.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٧٩.

## حرف الزاي

### الزبدة

#### فوائدها:

الزبد حار ورطب، فيه منافع كثيرة، منها: الانضاج والتحليل. ويبرىء الأورام التي تكون إلى جانب الأذنين والحالبين، وأورام الفم، وسائر الأورام التي تعرض في أبدان النساء والصبيان، إذا استعمل وحده. وإذا لعق منه نفع من نفث الدم الذي يكون من الرئة، ونضج الأورام العارضة فيها.

وهو ملين للطبيعة والعصب والأورام الصلبة العارضة، من المرة السوداء والبلغم، نافع من اليبس العارض في البدن. وإذا طلي على منابت أسنان الأطفال، كان معيناً على نباتها وطلوعها.

وهو نافع من السعال العارض من البرد واليبس، ويذهب القوي «داء يتقشر منه الجلد، وهو الحزازة» والخشونة التي في البدن، ويلين الطبيعة. ويسقط شهوة الطعام، ويذهب بثقل الحلو كالعسل والتمر. ولذلك كان النبي ﷺ يجمع بينه وبين التمر، لحكمة كبيرة هي تعديل بعضهما للآخر.

## الروايات:

- \* عن الإمام علي عليه السلام : «زارنا رسول الله ﷺ وقد أهدت لنا أم أيمن لبناً وزبداً وتمراً، فقدمناه فأكل منه»<sup>(١)</sup>.
- \* عن ابني بسر السلميين، قالوا: دخل علينا رسول الله ﷺ فقدمنا له زبداً وتمراً فأكل. وكان يحب الزبد والتمر<sup>(٢)</sup>.

## الزبيب

### تركيبه:

هو العنب اليابس. ويحتوي على مقدار من سكر العنب، وثاني طرطرات البوتاسيوم. والنوع الدوماني (الأحمر) منه غني بسكر العنب، الذي هو غذاء أساسي للمعضلات وخلايا الدماغ. وأجوده الكثير الشحم الرقيق القشر القليل البذر المعروف بالدربلي، وبليه الأسود الكبير الضارب طعمه إلى الحموضة، ويليهما الأحمر الصادق الحلاوة<sup>(٣)</sup>.

### فوائده:

الزبيب مبرد قليلاً، وقاتل للديدان إذا أخذ على الريق. وهو منشط عام وملين ومضاد للالتهابات ومغذ.

(١) رمز الصحة للدهسرخي: ص ١٩٩.

(٢) رمز الصحة للدهسرخي: ص ١٩٩.

(٣) مفردات النباتات الطبية: ص ٣١٦.

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «عليكم بالزبيب، فإنه يطفىء المرة، ويأكل البلغم، ويصح الجسم، ويحسن الخلق، ويشد العصب، ويذهب بالوصب» (وهو المرض والوجع الدائم)<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «عليكم بالزبيب، فإنه يكشف المرة، ويذهب بالبلغم، ويشد العصب، ويذهب بالإعياء، ويحسن الخلق، ويطيب النفس (الفم)، ويذهب بالغم» (وهي نفس صفات العنب)<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لو علم الناس ما في السنا لبلغوا (لقابلوا) كل مثقال منه مثقالين ذهباً... ويؤخذ مع الزبيب الأحمر الذي لا نوى له، ويجعل معه هليلج كابلي أصفر وأسود، أجزاء سواء، يؤخذ على الريق، مقدار ثلاثة دراهم، وإذا أويت إلى فراشك مثله، وهو سيد الأدوية»<sup>(٣)</sup>.

[الدرهم = ٤, ٣ غ].

\* عن الرضا عليه السلام: «من أكل إحدى وعشرين زبيبة حمراء على الريق، لم يجد في جسده شيئاً يكرهه. (وفي رواية) لم يمرض إلا مرض الموت»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «الزبيب يشد القلب ويذهب بالمرض ويطفىء الحرارة ويطيب النفس»<sup>(٥)</sup>.

\* قال الكفعمي: من أدمن أكل الزبيب على الريق رُزق الفهم والحفظ والذهن ونقص من البلغم<sup>(٦)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧٥.

(٢) الخصال: ج ١، ص ٣٤٤.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٨.

(٤) صحيفة الإمام الرضا (ع): ص ٧٩.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٧٥.

(٦) سفينة البحار: ج ١، ص ٥٤٢.

## الزحير (مرض الزحار)

- عن الباقر عليه السلام: «إن رجلاً شكا إليه الزحير، فقال له: خذ من الطين الأرمني (واغله) وقلبه بنار لينة، واستف منه فإنه يسكن عنك»<sup>(١)</sup>.
- عن الباقر عليه السلام أنه قال في الزحير: «تأخذ جزءاً من خربق أبيض، وجزءاً من بزر القطونا، وجزءاً من صمغ عربي، وجزءاً من الطين الأرمني، يقلى بنار لينة، ويستف منه»<sup>(٢)</sup>.
- عن يونس بن يعقوب قال: قال الإمام الصادق عليه السلام وكنت أخدمه في وجعه الذي كان فيه - وهو الزحير -: ويحك يا يونس، أعلمت أنني ألهمت في مرضي أكل الرز، فأمرت به ففسل ثم جفف، ثم قللي، ثم رض فطبخ، فأكلته بالشحم «شحم الكلية»، فأذهب الله بذلك الوجع عني»<sup>(٣)</sup>.

## الزعتر (الصعتر)

فوائده:

الزعتر حار يابس، يلطّف ويحلّل ويطرد الرياح والتفخ، ويهضم الطعام الغليظ، ويجفف المعدة ويدّر البول والطمث، ويقوي البصر الضعيف.

الروايات:

- قال النبي ﷺ: «روي عنه أنه دعا بالهاضوم «أي الكمون الملوكي»

(١) طب الأئمة: ص ٦٥.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ١٧٤، عن طب الأئمة: ص ٦٥.

(٣) طب الأئمة: ص ١٠٠.

والصعتر والحبة السوداء، فكان يستفّه إذا أكل البياض وطعاماً له غائلة...<sup>(١)</sup>.

• روي أن الصعتر يديغ المعدة<sup>(٢)</sup>.

• وفي حديث آخر: إن الصعتر يثبت زئبر المعدة (أي خملتها)<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «والصعتر والملح، يطردان الرياح عن الفؤاد...»<sup>(٤)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «كان دواء أمير المؤمنين عليه السلام الصعتر، وكان يقول: إنه يصير في المعدة خملاً، كخمل القطيفة»<sup>(٥)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام شكاً إليه أحدهم الرطوبة، فأمره أن يستف الصعتر على الريق<sup>(٦)</sup>.

## الزكام

• وصفة للزكام: تستعمل هذه الوصفة منذ بدء الأعراض الأولى للزكام.

توضع بعض عيدان القرقة وكبش القرنفل في كأس ماء، وتغلى ثلاث دقائق. وتنقع عشرين دقيقة، ثم تصفى وتسخن، ويضاف إليها عصير نصف ليمونة حامضة، وملعقة كبيرة من العسل... وتشرب قبل النوم<sup>(٧)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٨٧.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧ ص ١٧٣ عن المحاسن.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧٣، عن المحاسن للبرقي.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧٢، عن فروع الكافي والمحاسن.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧٢.

(٧) الدليل الجديد للصحة لكلود غارده، ص ١٧٤.

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «لا تكرهوا أربعة: الرمد فإنه يقطع عروق العمى، والزكام فإنه يقطع عروق الجذام...»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «ما من أحد من ولد آدم إلا فيه عرقان: عرق في رأسه يهيج الجذام، وعرق في بدنه يهيج البرص، فإذا هاج العرق الذي في الرأس سلط الله عز وجل عليه الزكام حتى يسيل ما فيه من الداء، وإذا هاج العرق الذي في الجسد سلط الله عليه الدماميل حتى يسيل ما فيه من الداء، فإذا رأى أحدكم به زكاماً ودماميل، فليحمد الله جل وعز على العافية».

وقال: الزكام فضول في الرأس<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام شكا إليه بعض أصحابه الزكام، فقال عليه السلام: «صُنْعٌ من صنع الله، وجند من جنوده بعثه الله إلى علتك ليقلعها، فإذا قلعها، فعليك بوزن دائق شونيز ونصف دائق كندس، يدق وينفخ في الأنف فإنه يذهب بالزكام، وإذا أمكنك أن لا تعالجه بشيء فافعل، فإن فيه منافع كثيرة»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «تأخذ دهن بنفسج في قطنة، فاحتمله في سفلتك (أي تحميلة) عند منامك، فإنه نافع للزكام إن شاء الله تعالى»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: كان رسول الله ﷺ لا يتداوى من الزكام ويقول: «ما من أحد إلا وبه عرق من الجذام، فإذا أصابه الزكام قمعه»<sup>(٥)</sup>.

\* الرسالة المذهبة للإمام الرضا عليه السلام: «ومن أراد دفع الزكام مدة أيام الشتاء، فليأكل كل يوم ثلاث لقم من الشهد» (وهو شمع العسل)<sup>(٦)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠١.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ١٨٤.

(٣) طب الأئمة: ص ٦٤، وطب الصادق: ص ٥٤.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٨٤، عن مكارم الأخلاق: ص ٣٧٧.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٣، عن الروضة: ج ٨، ص ٣٨٢.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

• ومنها: ولا يؤخر شم النرجس، فإنه يمنع الزكام في مدة أيام الشتاء، وكذلك الحبة السوداء، وإذا خاف الإنسان الزكام في زمان الصيف، فليأكل كل يوم خياراً وليحذر الجلوس في الشمس<sup>(١)</sup>.

## الزنا

• راجع (العفة).

• نزل جبرئيل على موسى ﷺ فقال: «يا موسى من يزن يُزن به، ... عقوا تعف نساؤكم»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «أوحى الله إلى موسى عليه السلام: إني مجازي الأبناء بسعي الآباء، إن خيراً فخيئراً، وإن شراً فشرّاً. لا تزنوا فتزني نساؤكم. من وطىء فراش امرئ مسلم، وطىء فراشه. كما تدين تدان»<sup>(٣)</sup>.

• عن المسيح عليه السلام: «أيما امرأة استعطرت وخرجت ليوجد ريحها فهي زانية، وكل عين زانية»<sup>(٤)</sup>.

• عن المسيح عليه السلام: «لا تكونن حديد النظر إلى ما ليس لك، فإنه لن يزني فرجك ما حفظت عينك، فإن قدرت أن لا تنظر إلى ثوب المرأة التي لا تحل لك، فافعل»<sup>(٥)</sup>.

• عن النبي ﷺ لعلي عليه السلام قال: «يا علي، في الزنا ست خصال: ثلاث منها في الدنيا وثلاث منها في الآخرة».

فأما التي في الدنيا، فيذهب بالبهاء، ويعتجل الفناء، ويقطع الرزق. وأما

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

(٢) طب الأئمة لشتر: ص ٤٤١.

(٣) طب الأئمة لشتر: ص ٤٤٠.

(٤) تنبيه الخواطر: ص ٢٣.

(٥) تنبيه الخواطر: ص ٥٠.



- التي في الآخرة، فسوء الحساب، وسخط الرحمن، والخلود في النار<sup>(١)</sup>.
- \* قال النبي ﷺ: «ألا لعنة الله والملائكة والناس أجمعين... على ناكح يده، وعلى من أتى الذكران من العالمين»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «ألا لعنة الله والملائكة والناس أجمعين... على ناكح البهيمة، وعلى ناكح يده»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام قال: «وجدت في كتاب علي عليه السلام قال: قال رسول الله ﷺ: إذا كثرت الزنا بعدي، كثرت موت الفجأة»<sup>(٤)</sup>.
- \* سئل الباقر عليه السلام عن رجل اغتصب امرأة فرجها، قال عليه السلام: «يقتل، محصناً كان أو غير محصن (فالحمد في غير الغصب، إذا كان الزاني عزباً يجلد، وإن كان محصناً يرحم. أما في حال الغصب فيقتل سواء كان محصناً أو غير محصن)»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «إذا كابر الرجل المرأة على نفسها، ضرب ضربة بالسيف، مات منها أو عاش»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «الاصطباغ بالخل يذهب بشهوة الزنا»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «إذا فشا الزنا ظهرت الزلازل»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ٤٤١.  
 (٢) كنز العمال حديث ٤٤٠٥٧.  
 (٣) كنز العمال حديث ٤٤٠٥٧.  
 (٤) البحار: ج ٧٩، ص ٢٧.  
 (٥) وسائل الشيعة: ج ١٨، ص ٣٨١.  
 (٦) وسائل الشيعة: ج ١٨، ص ٣٨٢.  
 (٧) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٢، شبيهه.  
 (٨) البحار: ج ٧٩، ص ٢١.

## الزنبق (الياسمين)

### تعريفه:

في القاموس: الزنبق دهن الياسمين وورده.

وقال ابن البيطار: الرازقي هو السوسن الأبيض، ودهنه هو الدهن الرازقي.

### الروايات:

- عن ابن عباس قال النبي ﷺ: «ليس شيء خير للجسد من الرازقي»، قلت: وما الرازقي؟ قال ﷺ: «الزنبق»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «ليس شيء من الأدهان أنفع للجسد من دهن الزنبق. إن فيه لمنافع كثيرة وشفاء من سبعين داء»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «الرازقي أفضل ما دهتم به الجسد»<sup>(٣)</sup>.
- علي بن يقطين قال: كتبت إلى الرضا عليه السلام أنني أجد برداً شديداً في رأسي، حتى إذا هبت الرياح كدت أن يغشى عليّ.
- فكتب إلي: «عليك بسعوط العنبر والزنبق بعد الطعام، تعافى منه بإذن الله جل جلاله»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) طب الأئمة: ص ٨٦.

(٢) طب الأئمة: ص ٩٤.

(٣) طب الأئمة: ص ٨٦.

(٤) طب الأئمة: ص ٨٧.

## الزواج

\* راجع (النكاح).

\* قال النبي ﷺ: «يا معشر الشباب، من استطاع منكم الباءة فليتزوج فإنه أغض للبصر، وأحفظ للفرج.

ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء» (أي يقطع الشهوة)<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «من بلغ ولده النكاح، وعنده ما ينكحه فلم ينكحه، ثم أحدث حدثاً فالإثم عليه»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «النكاح ستي، فمن لم يعمل بستتي فليس مني، وتزوجوا فلاني مكائر بكم الأمم»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «إذا تزوج العبد فقد استكمل نصف الدين، فليتق الله في النصف الباقي»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «تخيروا لنطفكم فإن النساء يلدن أشباه إخوانهن وأخواتهن»<sup>(٥)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «إياكم وتزوج الحمقاء، فإن صحبتها بلاء، وولدها ضياع»<sup>(٦)</sup>.

(١) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ١٩٥

(٢) كتر العمال حديث: ٤٥٣٣٧.

(٣) كتر العمال حديث: ٤٤٤٠٨.

(٤) كتر العمال حديث: ٤٤٤٠٣.

(٥) كتر العمال حديث: ٤٤٥٥٧.

(٦) البحار: ج ١٠٣، ص ٢٣٧.

• عن أبي سعيد الخدري قال: أوصى رسول الله ﷺ علي بن أبي طالب عليه السلام فقال: «يا علي... وامنع العروس في أسبوعها الأول من الألبان والخل والكزبرة والتفاحة الحامضة، من هذه الأربعة الأشياء.

قال علي عليه السلام: يا رسول الله ولاي شيء أمنعها هذه الأربعة الأشياء؟

قال: لأن الرحم يعقم ويبرد بهذه الأشياء عن الولد...».

• قال علي عليه السلام: «يا رسول الله فما بال الخل منع منه؟ قال: إذا حاضت على الخل لم تطهر أبداً بتمام، والكزبرة تبور الحيض في بطنها وتشد عليها الولادة، والتفاحة الحامضة تقطع حيضها فيصير ذلك داء عليها»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «ركعتان يصليهما متزوج أفضل من سبعين ركعة يصليهما غير متزوج»<sup>(٢)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: نزل جبرئيل على النبي ﷺ فقال: «يا محمد، إن ربك يقرئك السلام ويقول: إن الأبقار من النساء بمنزلة الثمر على الشجر، فإذا أينع الثمر فلا دواء له إلا اجتناؤه، وإلا أفسدته الشمس، وغيّره الريح، وإن الأبقار إذا أدركن ما تدرك النساء، فلا دواء لهن إلا البعول...»<sup>(٣)</sup>.

## الزيت (والزيتون)

### فوائده:

يعتبر زيت الزيتون مادة دسمة مغذية، ويستخدم لبعض أمراض الجهاز الهضمي. وكذلك يعتبر من المليّنات للأمعاء في جسم الإنسان. ويعتبر الزيت دواء مهماً للذي لا تعمل كليته بشكل جيد.

(١) الاختصاص للمفيد: ص ١٣٢.

(٢) البحار: ج ١٠٣، ص ٢١٩.

(٣) البحار: ج ١٦، ص ٢٢٣.

وكذلك يستخدم زيت الزيتون كمرهم خارجي للجسم، حيث يوصف طبياً بأنه مسكن للأقسام الملتهبة الجلدية، وفي أمراض الأكزما وغيرها، وأنه ملطف ومنعم للجلد<sup>(١)</sup>.

ولتفتيت الحصى التي في الكلية أو المرارة، يؤخذ زيت الزيتون مع عصير الليمون يومياً على الريق، فالزيت يلين الحصى والحمض يفتتها ويذيبها.

وقد رأيت حين كنت مدرساً في (تلكلخ) رجلاً مسناً يأتي كل يوم بفنجان قهوة، يملأ نصفه زيتاً، ثم يعصر عليه ليمونة، ويحركهما ثم يشربهما على الريق. وكان هذا الرجل رغم نحالة جسمه أقوى من الشباب، مما يدل على أن هذا الدواء الطبيعي هو من أعظم العوامل لتنشيط الجسم وتقويته.

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «عليكم بالشجرة التي كلم الله منها موسى بن عمران، زيت الزيتون فأدهنوا به، فإن فيه شفاء من الباسور».

وقال: في الزيتون يقول الله: ﴿وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالذَّهْنِ وَصَيِّغُ اللَّائِكِينَ﴾ «الدهن: هو الزيت»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «الزيتون يطرد الرياح، ويزيد في الماء»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «ادهنوا بالزيت، واتدموا به (أي اجعلوه إداماً وطعاماً) فإنه دُهنة الأخيار وإدام المصطفين. مُسحت بالقدس مرتين (أي وصفت بالبركة في موضعين من القرآن)، بوركت مقبلة، وبوركت مدبرة. لا

(١) مجموعة الآثار للإمام الرضا (ع): ج ٢، ص ٣٣٣.

(٢) المقد الفريد: ج ٧، ص ٢٦٥.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٢.

يضر معها داء» (١) (٢).

\* عن الإمام علي عليه السلام : «عليكم بالزيت فإنه يكشف المرة ويذهب البلغم ويشد العصب ويذهب الإعياء ويحسن الخلق ويطيب النفس ويذهب بالغم» (٣).

\* مثل الصادق عليه السلام عن رجل تشقت يده ورجلاه، أيتداوى؟ قال: «نعم، بالسمن والزيت» (٤).

\* عن محمد بن مسلم عن الباقر أو الصادق عليه السلام، قال: سألت عن محرم تشقت يده؟ قال عليه السلام : «يدهنهما بزيت أو بسمن أو بإهالة» (٥).

\* عن الصادق عليه السلام : «ما كان دهن الأولين إلا زيت» (٦).

\* عن الصادق عليه السلام قال: «كان أمير المؤمنين عليه السلام أشبه الناس طعماً برسول الله ﷺ، كان يأكل الخبز والخل والزيت، ويطعم النساء الخبز واللحم» (٧).

\* عن إسحاق بن عمار قال: قلت للصادق، يقولون: الزيتون يهيج الرياح! فقال: إن الزيتون يطرد الرياح (٨).

\* عن الصادق عليه السلام : «الزيتون يزيد في الماء» (أي ماء الظهر وهو المنى) (٩).

---

(١) ورد ذكر شجرة الزيتون بالطهارة والبركة والقدسية في أربع مواضع من القرآن هي: في سورة الأنعام، الآية: ٩٩، وسورة النور، الآية: ٣٥، وسورة عبس، الآية: ٢٩، وأول سورة التين.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧١.

(٣) البحار: ج ٦٦، ص ١٧٩، عن صحيفة الرضا، ص ٥٧.

(٤) طب الأئمة لعبد الله لشير: ص ٧٥.

(٥) طب الأئمة لعبد الله لشير: ص ٧٥.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٢.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٤، عن فروع الكافي ج ٦ ص ٣٢٨.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٢، عن فروع الكافي والمحاسن.

(٩) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٣.

• عن الصادق عليه السلام: «الخل والزيت من طعام المسلمين (وفي رواية: المرسلين)»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «ما أفقر بيت فيه الخل والزيت»<sup>(٢)</sup>.

• عن خالد بن نجيج قال: كنت أفطر مع الإمامين الصادق والكاظم عليه السلام في شهر رمضان، فكان أول ما يؤتى به قصعة من ثريد خل وزيت، فكان أقل ما يتناول منه ثلاث لقم، ثم يؤتى بالجفنة<sup>(٣)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام قال: «كان مما أوصى به آدم إلى هبة الله عليه السلام: أن كل الزيتون، فإنه من شجرة مباركة»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: قال النبي صلى الله عليه وآله وسلم لعلي عليه السلام في وصيته: «يا علي عليك بالزيت، كُلْهُ وَاذْهَنْ بِهِ، فَإِنْ مِنْ أَكَلِهِ وَاذْهَنْ بِهِ لَمْ يَقْرَبِ الشَّيْطَانُ أَرْبَعِينَ يَوْمًا»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «نعم الطعام الزيت، يطيب النكهة، ويذهب بالبلغم، ويصفي اللون، ويشد العصب، ويذهب بالوصب (أي الوجع)، ويطفي الغضب»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٥.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٣.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٢، عن فروع الكافي والمحاسن.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٩٠.

## حرف السين

### السُّدر

عن الصادق عليه السلام : «اغسلوا رؤوسكم بورق السدر، فإنه قد قدّسه كل ملك مقرب وكل نبي مرسل، ومن غسل رأسه بورق السدر صرف الله عنه وسوسة الشيطان سبعين يوماً، ومن صرف الله عنه وسوسة الشيطان سبعين يوماً لم يَغصِر، ومن لم يغصِر دخل الجنة»<sup>(١)</sup>.

### السُّذاب

وصفه:

هو نبات يقارب شجر الرمان، وأوراقه تقارب ورق السعتر، وهو مرّ الطعم حاد، ورائحته كريهة.

فوائده:

فوائد السذاب كثيرة عجيبة: أكله يزيد في قوة الباه، ورائحته تنفع

(١) روضة الراحطين لابن الفثال النسابوري، ص ٣٠٨.



المصروع والصداع الشديد في الحال، سيما إذا كان رطباً<sup>(١)</sup>.

وقال ابن سينا في القانون: السذاب الرطب حار يابس، وعصارته المسخنة في قشور الرمان يقطر في الأذن فينقيها، ويسكن الوجع والطنين والدوي، ويقتل الدود، ويطلّى به قروح الرأس، ويحدّ البصر، خصوصاً عصارته مع عصارة الرازيانج (الشمر) والعسل، كحلاً واكلأ<sup>(٢)</sup>.

ويستعمل السذاب لتقوية جدار الأوعية الدموية الدقيقة، وكمادات للشلل والروماتيزم، ولضعف الشهية.

### الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «من أكل السذاب ونام عليه، نام آمناً من الداء، والدبيلة، وذات الجنب»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «السذاب جيد لوجع الأذن»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «من أكل السذاب ونام عليه أمن من الدوار»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «السذاب يزيد في العقل، غير أنه ينثر (يتنن) ماء الظهر»<sup>(٦)</sup>.

\* قال ابن بسطام: لوجع الأذن يؤخذ السذاب، ويطحخ بزيت، وتقطر فيها قطرة، فإن الوجع يسكن بإذن الله<sup>(٧)</sup>.

---

(١) عجائب المخلوقات، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٨٩.

(٢) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ١٤٥.

(٣) الفردوس.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨٠.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٨٠.

(٧) طب الأئمة: ص ٧٣.

## السعال

\* راجع مادة الشمر: (الرازيانج).

\* قال النبي ﷺ: «لا تكثرهوا أربعة: الرمد فإنه يقطع عروق العمى، والزكام فإنه يقطع عروق الجذام، والسعال فإنه يقطع عروق الفالج، والدماويل فإنها تقطع عروق البرص»<sup>(١)</sup>.

\* خطب المأمون بمسجد مروان، فوجد غالب أهل المسجد يشكون من السعال. فقال في آخر خطبته: من كان يشكو سعالاً، فليتناو بالخل. ففعلوا؛ فعافاهم الله<sup>(٢)</sup>.

## السُّعْد

وصفه:

نبت معروف يكثر بمصر، ويستنبت في البيوت فيسمى ريحان القصارى، وهو عريض الأوراق مزغب، دقيق الأغصان، والجزء المستخدم منه جذوره المتدنة.

وفي التذكرة: السعد بالضم معروف، وهو أصل نبات يشبه الكراث، إلا أنه أدق وأطول. وفيه منفعة عجيبة في القروح التي عسر اندمالها. والسعد من الطيب نبث له أصل تحت الأرض أسود طيب الريح.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠١.

(٢) المستطرف للأبشيبي: ج ٢، ص ٣٤٩.

## فوائده:

النوع الهندي منه يدمل الأورام والبثور، وينفع من عفن الأنف والفم والقلاع ويزيد في الحفظ جداً، وينفع من قروح الفم المتأكلة. يخرج الحصة ويدرها، وينفع من تقطير البول وضعف المثانة جداً... وهو نافع من لسعة العقرب والحشرات جداً<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* عن الصادق عليه السلام: «اتخذوا في أسنانكم السعد، فإنه يطيب الفم ويزيد في الجماع»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «من استنجد بالسعد بعد الغائط، وغسل به فمه بعد الطعام، لم تصبه علة في فمه، ولم يخف شيئاً من أرياح البواسير»<sup>(٣)</sup>.

\* عن أبي ولاد، قال: رأيت أبا الحسن الأول موسى الكاظم عليه السلام في الحجر، وهو قاعد ومعه عدة من أهل بيته، فسمعتة يقول: ضربت عليّ أسناني فأخذت السعد فدلكت به أسناني، فنفعني ذلك وسكن علي<sup>(٤)</sup>.

\* عن إبراهيم بن نظام (أو بسطام)، قال: أخذني اللصوص، وجعلوا في فمي الفالودج الحار حتى نضج، ثم حشوه بالثلج بعد ذلك، فسقطت أسناني وأضررتني. فرأيت الرضا عليه السلام في النوم، فشكوت إليه ذلك، قال عليه السلام: «استعمل السعد، فإن أسنانك تنبت».

فلما حُمِلَ إلى خراسان بلغني أنه مازَ بنا، فاستقبلته فسلمت عليه،

(١) القانون لابن سينا: ص ٢١٧.

(٢) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٦٣، والكافي: ج ٦، ص ٣٧٩.

(٣) الكافي للكليني: ج ٦، ص ٣٧٨.

(٤) الكافي للكليني.

وذكرت له حالي، وأني رأيته في المنام، وأمرني باستعمال السعد، فقال: أنا أمرك في اليقظة. فاستعملته، فعادت أسناني وأضراسي كما كانت<sup>(١)</sup>.

\* عن إبراهيم بن بسطام أن أسنانه تساقطت، فأمره الإمام الرضا عليه السلام باستعمال السعد، فاستعمله فعادت إليه أسنانه وأضراسه كما كانت<sup>(٢)</sup>.

\* عن إبراهيم بن أبي البلاد، قال: أخذني العباس بن موسى فأمر فوجيء فمعي (أي ضرب على فمه) فتزعزت أسناني، فلا أقدر أن أمضغ الطعام. فرأى في المنام أبا شيبة الخراساني فقال له: شذها بالشعد، فتمضمضت بالشعد، فسكنت أسناني<sup>(٣)</sup>.

## السعوط (النشوق)

\* عن الباقر عليه السلام: «خير ما تداويتم به الحقنة والسعوط والحجامة والحمام»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «من دواء الأنبياء: الحجامة والنورة والسعوط»<sup>(٥)</sup>.

\* عن علي بن يقطين، قال كتبت إلى الإمام الرضا عليه السلام أنني أجد برداً شديداً في رأسي، حتى إذا هبت علي الرياح كدت أن يغشى علي، فكتب لي عليه السلام: «عليك بسعوط العنبر والزنبق بعد الطعام، تعافى منه بإذن الله جل جلاله»<sup>(٦)</sup>.

\* السعوط مصححة للرأس، وشفاء للبدن وسائر أوجاع الرأس<sup>(٧)</sup>.

---

(١) طب الأئمة لعبد الله شبر، ص ٣٦٣.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٢١٨.

(٣) الكافي للكليني: ج ٦، ص ٣٧٩.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ٥٧.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ٥٧.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ٨٧.

(٧) تحف: ص ٧٢.

## السفرجل

### خواصه:

السفرجل بارد يابس، ويختلف في ذلك باختلاف طعمه. وكله بارد قابض، جيد للمعدة. والحلو منه أقل برداً وييساً، وأميل إلى الاعتدال. والحامض أشد قبضاً وييساً وبرداً.

### فوائده:

يسكن العطش والقيء، ويدبر البول، ويعقل الطبع، وينفع من قرحة الأمعاء، ونفث الدم، والهبضة. وينفع من الغثيان، ويمنع من تصاعد الأبخرة، إذا استعمل بعد الطعام.

وهو قبل الطعام يقبض، وبعده يلين الطبع، ويسرع بانحدار الثفل. وحرقة أغصانه وورقه المغسولة، كالتوتياء في فعله<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

• روى الزبير عن النبي ﷺ: «كل السفرجل فإن فيه ثلاث خصال. قال: وما هي يا رسول الله؟

---

(١) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٤٧.

قال: يجمّ الفؤاد، ويسخي البخيل، ويشجع الجبان»<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «عليكم بالسفرجل، فإنه يزيد في الذهن ويذهب بطخاء الصدر (أي كربه) ويحسن الولد»<sup>(٢)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «كلوا السفرجل وتهادوه بينكم، فإنه يجلو البصر، وينبت المودة في القلب. وأطعموه حبالاكم فإنه يحسن أولادكم. (وفي رواية) يحسن أخلاق أولادكم»<sup>(٣)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «أكل السفرجل يذهب ظلمة البصر»<sup>(٤)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «رائحة الأنبياء رائحة السفرجل، ورائحة الحور العين رائحة الآس، ورائحة الملائكة رائحة الورد، ورائحة ابنتي فاطمة الزهراء ع عليهما السلام، رائحة السفرجل والآس والورد، ولا بعث الله نبياً ولا وصياً إلا وُجد منه رائحة السفرجل، فكلوها وأطعموها حبالاكم يحسن أولادكم»<sup>(٥)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «أكل السفرجل يزيد في قوة الرجل ويذهب بضعفه»<sup>(٦)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «رائحة السفرجل رائحة الأنبياء»<sup>(٧)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام قال: «دخلت على رسول الله ﷺ يوماً وفي يده سفرجل، فجعل يأكل ويطعمني، ويقول: كُلْ يا علي، فإنها هدية الجبار إليّ وإليك. قال: فوجدت فيها كل لذة. فقال لي: يا علي من أكل السفرجل ثلاثة أيام على الريق، صفا ذهنه وامتلاً جوفه حلماء وعلماء، ووقى من كبد

---

(١) الخصال للصدوق: ج ١، ص ١٥٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٧٢.

(٣) البحار: ج ٦٦، ص ١٧٧، ومكارم الأخلاق: ص ١٧٢.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٧٢.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٧٢.

إبليس وجنوده»<sup>(١)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «أكل السفرجل قوة للقلب الضعيف، ويطيب المعدة، ويذكي الفؤاد، ويشجع الجبان، ويحسن الولد»<sup>(٢)</sup>.

- وفي ذلك قال الشاعر ابن الأَعمس في منظومته:

وفي السفرجل الحديث قد ورد      تأكله الجبلى فيحسن الولد  
وأكله يشجع الجباناً      كما يقوى القلب والجناناً

• عن الصادق عليه السلام: «أكل السفرجل قوة للقلب، وذكاء للفؤاد، ويشجع الجبان»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «من أكل سفرجلة على الريق طاب ماؤه وحسن ولده»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «من أكل سفرجلة أنطق الله الحكمة على لسانه أربعين يوماً»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «السفرجل يذهب بهمّ الحزين، كما تذهب اليد بعرق الجبين»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «عليكم بالسفرجل فكلوه، فإنه يزيد في العقل والمروة»<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «خمس من فاكهة الجنة في الدنيا: الرمان الملاسي، والتفاح الشعشاعي، والسفرجل، والعنب، والرطب المشان»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٢، عن العيون ط قم ج ٢، ص ٧٣.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٩، عن الفروع والمحاسن.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣١.

(٤) وسائل الشيعة: للحر العاملي: ج ١٧، ص ١٣١.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٦، عن الفروع والمحاسن.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٠، عن فروع الكافي.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣١، عن المحاسن للبرقي.

(٨) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٨٩.

عن الصادق عليه السلام: «الكمثرى يدبغ المعدة «أي يلينها» ويقويها، هو والسفرجل»<sup>(١)</sup>.

عن طلحة بن زيد عن الصادق عليه السلام قال: «إن في السفرجل خصلة ليست في سائر الفواكه! قلت: وما ذاك يا بن رسول الله ﷺ؟ قال: يشجع الجبان. هذا والله من علم الأنبياء عليهم السلام»<sup>(٢)</sup>.

عن الصادق عليه السلام: «السفرجل يحسن الوجه، ويجمّ الفؤاد»<sup>(٣)</sup>.

عن الصادق عليه السلام: «عليك بأكل السفرجل الحلو مع حبه، فإنه يقوي الضعيف، ويطيب المعدة، ويذكي الفؤاد»<sup>(٤)</sup>.

عن الصادق عليه السلام قال: «كان جعفر بن أبي طالب عليه السلام عند النبي ﷺ، فأهدي إلى النبي ﷺ سفرجل، فقطع منه النبي ﷺ قطعة وناولها جعفرًا، فأبى أن يأكلها. فقال ﷺ: خذها وكلها، فإنها تذكّي القلب وتشجع الجبان.

(وفي رواية): «كُلْ فإنه يصفّي اللون ويحسن الولد»<sup>(٥)</sup>.

قال الصادق عليه السلام وقد نظر إلى غلام جميل: «ينبغي أن يكون أبو هذا الغلام، أكل السفرجل»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٤.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

(٣) الوسائل: ص ٣٠١.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

(٥) الكافي: ج ٥، باب اختيار الزوجة.

(٦) الكافي: ج ٦، باب ما يستحب أن تطعم الحبل.



## السكر (الطَّبَرزد)

### تعريفه:

يظهر من بعض كلماتهم أن السكر الطبرزد هو المعروف بسكر النبات. ومن أكثر الروايات أنه القند، وهو سكر القصب الذي نحلي به الشاي. وسمي الطبرزد - وهو فارسي معرب - كنسبة إلى الطَبَر وهو الفأس، فكأنه بوجوهه المصقولة قد نحت بالفأس (القاموس المحيط).

### الروايات:

\* كان أمير المؤمنين عليه السلام يأخذ للحمى وزن دراهم سكر بماء بارد على الريق<sup>(١)</sup>.

\* عن زرارة عن الباقر عليه السلام قال: «ويحك يا زرارة، ما أغفل الناس عن فضل سكر الطبرزد، وهو ينفع من سبعين داء، وهو يأكل البلغم أكلاً، ويقلعه بأصله»<sup>(٢)</sup>.

\* كان الإمام الصادق عليه السلام يتصدق بالسكر، ف قيل له في ذلك؟ فقال: «ليس شيء من الطعام أحب إلي منه، وأنا أحب أن أتصدق بأحب الأشياء إلي»<sup>(٣)</sup>.

\* عن ابن أبي عمير مرفوعاً عن الإمام الصادق عليه السلام قال: «شكا إليه رجل الوباء، فقال له: وأين أنت عن الطيب المبارك! قال: وما الطيب المبارك؟

(١) سفينة البحار: ج ١، ص ٦٣٦.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ٦٧.

(٣) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٢٠٩.

قال: سليمان بن داود عليه السلام هذا. قال الصادق عليه السلام: إن أول من اتخذ السكر سليمان بن داود عليه السلام (١).

• عن ابن الأسباط عن يحيى بن بشير النبال، قال أبو عبد الله الصادق عليه السلام: «يا بشير بأي شيء تداووا مرضاكم؟ قال: بهذه الأدوية المرار. قال: لا، إذا مرض أحدكم فخذ السكر الأبيض فدقه ثم صب عليه الماء البارد واسقه إياه، فإن الذي جعل الشفاء في المرار قادر أن يجعله في الحلوة» (٢).

• عن الصادق عليه السلام قال: «لئن كان الجبن يضر من كل شيء، ولا ينفع من شيء، فإن السكر ينفع من كل شيء ولا يضر من شيء» (٣).

• عن علي بن النعمان، عن بعض أصحابنا قال: شكوت إلى أبي عبد الله الصادق عليه السلام الوجع، فقال: «إذا أويت إلى فراشك فكل سكرتين». قال: ففعلت فبرئت، وأخبرت به بعض المتطبيين، وكان أحذق أهل بلادنا. فقال: من أين عرف أبو عبد الله عليه السلام هذا. هذا من مخزون علمنا؟ أما إنه صاحب كتب ينبغي أن يكون أصابه في بعض كتبه» (٤).

• عن الكاظم عليه السلام: «من أخذ سكرتين عند النوم، كان شفاء من كل داء إلا السام» (٥).

## (قصب) السكر

• عن الكاظم عليه السلام: «ثلاثة لا تضر: العنب الرازقي، وقصب السكر، والتفاح اللبناني» (٦).

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٠ شبيهه.

(٢) رمز الصحة: ص ٣٢، عن المحاسن.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٦.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٩.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٦٨.

(٦) الخصال للصدوق: ج ١، ص ١٤٤.

\* عن الكاظم عليه السلام: «قصب السكر يفتح السداد»<sup>(١)</sup>، ولا داء فيه ولا غائلة»<sup>(٢)</sup>.

## السلق

### فوائده:

قال ابن سينا: عصارة السلق تقلع الثآليل وتقتل القمل، ويغسل به الرأس فيذهب النخالة وانتشار الشعر»<sup>(٣)</sup>.

### الروايات:

\* عن الصادق عليه السلام: «إن الله رفع عن اليهود الجذام، بأكلهم السلق، وقلمهم العروق (أي قطع العروق من اللحم وعدم أكلها)»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «إن قوماً من بني إسرائيل أصابهم البياض، فأوحى الله إلى موسى عليه السلام أن مرهم فليأكلوا لحم البقر بالسلق»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام قال لأحد أصحابه: «فعليك بالسلق، فإنه ينبت على شاطئ الفردوس، وفيه شفاء من الأدواء، وهو يغلظ العظم وينبت اللحم. ولولا أن تمسه أيدي الخاطئين، لكانت الورقة تستر رجالاً»<sup>(٦)</sup>.

(١) قال في بحر الجواهر:

السدد في اللغة: تحير البصر. وفي الطب هو حالة يبقى الإنسان مع حدوثها باهتاً يجد في رأسه ثقلًا عظيمًا، وفي عينيه ظلمة، وربما وجد طنينًا في أذنيه، وربما زال معها عقله. وقال: السدد لزوجات وغلظ تنشب في المجاري والعروق الضيقة، وتبقى فيها، وتمنع الغذاء والفضلات من النفوذ فيها.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٦٨.

(٣) عجائب المخلوقات للقرظيني، بذيل حياة الحيوان، ج ٢، ص ١٨٩.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٨.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٨.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٩.

- وفي حديث آخر قال عليه السلام : «يشدّ العقل ويصفي الدم»<sup>(١)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام : «لا تخلون جوفك من طعام، وأقلّ من شرب الماء ولا تجامع إلا من شَبَقَ، ونعم البقلة السلق»<sup>(٢)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام : «أطعموا مرضاكم السلق - يعني ورقه - فإن فيه شفاء، ولا داء معه ولا غائلة له، ويهدى نوم المريض. واجتنبوا أصله فإنه يهيج السوداء»<sup>(٣)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام : «إن السلق يجمع عرق الجذام، وما دخل جوف المبرسم مثل ورق السلق»<sup>(٤)</sup>.

## السم

- عن الصادق عليه السلام قال عن التمر: «إن فيه شفاء من السم، وإنه لا داء فيه ولا غائلة»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «العجوة من الجنة، وفيها شفاء من السم»<sup>(٦)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام : «عجوة البرني من الجنة، وهي شفاء من السم»<sup>(٧)</sup>.

(١) المصدر السابق.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨١.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٧، عن فروع الكافي.

(٤) الكافي للكليني.

(٥) فروع الكافي للكليني: ج ٦، ص ٣٤٩، والمحاسن للبرقي ص ٥٣٢.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٩.

(٧) طب الأئمة (ع): ص ١٩٥.

## السمسم

فوائده:

قال ابن سينا: ورقه وعصارة شجره يطول الشعر، وهو نافع من الشقاق، شرباً وطلاء، ومسّماً جداً. ونقيعه يدرّ الحيض. ومقلّوه يزيد في قوة الباه ومادة المنى<sup>(١)</sup>.

الروايات:

\* كان رسول الله ﷺ يستعط بدهن الجلجلان إذا وجع رأسه.

قال ابن البيطار: الجلجلان هو السمسم، وهو صنفان أبيض وأسود<sup>(٢)</sup>.

## السمع

\* راجع (الأذن).

\* قال النبي ﷺ: «التمر... يزيد في السمع والبصر»<sup>(٣)</sup>.

\* الصادق عليه السلام عن اللحم قال: «فإنه يزيد في السمع والبصر»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) عجائب المخلوقات للقرظيني، بذيّل حياة الحيوان، ج ٢، ص ١٨٩.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ١٤٣، عن قرب الإسناد.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ١٠٧.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٠.

## السّمك

- \* قال النبي ﷺ : «لا تأكلوا من صيد المجوس إلا السمك»<sup>(١)</sup>.
- \* كان النبي ﷺ لا يجمع قط بين لبن وسمك<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «وأقلّوا من أكل السمك، فإن لحمه يُذبل البدن، ويكثر البلغم، ويغلظ النفس»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «السمك الطري يذيب اللحم»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «لا تدمنوا أكل السمك، فإنه يذيب الجسد»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «أقلّوا من لحم الحيتان (يقصد بالحيتان: السمك)، فإنها تذيب البدن، وتكثر البلغم، وتغلظ النفس»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال أمير المؤمنين عليه السلام : «إذا وجدت سمكاً، ولم تعلم أجيداً هو أم غير جيد (يقصد هل هو مذكى شرعياً أم لا، وتذكيته أن يُخرج من الماء حياً ويموت في الهواء) فاطرحه في الماء، فإن طفا في الماء مستلقياً على ظهره فهو غير جيد، وإن كان على وجهه فهو جيد»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «إذا أكلت السمك، فاشرب عليه الماء»<sup>(٨)</sup>.

(١) رمز الصحة: ص ١٠.

(٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ١٧٣.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨ شبيهه.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٦.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٦.

(٦) الخصال للصدوق.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٣٤١.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

- \* عن الصادق عليه السلام : «من بات وفي جوفه سمك، لم يُتبعه بتمر أو عسل لم يزل عرق الفالج يضرب عليه، حتى يصبح»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام : «اللحم ينبت اللحم، والسمك يذيب الجسد»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام : «السمك الطري يذيب الجسد»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام : «السمك الطري يذيب شحم العينين»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام : «عليكم بالسمك، فإن أكلته بغير خبز أجزأك، وإن أكلته بخبز أمراك»<sup>(٥)</sup>.

## السمن

- \* قال النبي صلى الله عليه وآله : «لحم البقر داء، وسمتها شفاء، ولبنها دواء، وما دخل الجوف مثل السمن»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي صلى الله عليه وآله من حديث صهيب قال : «عليكم باللبان البقر فإنها شفاء، وسمتها دواء، ولحومها داء»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «لحوم البقر داء، وألبانها دواء، وأسمانها شفاء»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «إذا بلغ الرجل خمسين سنة، فلا يبيتن وفي جوفه شيء»

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٧.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤، عن الفروع: ج ٦، ص ٣٢٣، والمحاسن: ص ٤٧٥.

(٦) رمز الصحة للدهرشي: ص ٢١٤.

(٧) الطب النبوي لابن قيم الجوزية، ص ٢٥٠.

(٨) مستدرک النهج: ص ١٦٢.

من السمن» (أي لا يأكل قبل نومه طعاماً فيه سمن)<sup>(١)</sup>.  
 \* عن الصادق عليه السلام: «نعم الإدام السمن، واني لأكرهه للشيخ. وقال: هو في الصيف خير منه في الشتاء»<sup>(٢)</sup>.

## السن والأسنان

\* راجع (الخلال) و(السواك).

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «الحجامة في الرأس، تذهب بالنعاس ووجع الأضراس»<sup>(٣)</sup>.

\* في الخبر: أن أكل البرد يذهب بآكلة الأسنان<sup>(٤)</sup>.

\* روي: أن أكل الرمان يذهب البخر والحفر، سيما مع شحمه<sup>(٥)</sup>.

\* عن محمد بن مسلم، قال: رأيت أبا جعفر الباقر عليه السلام يمضغ علكاً، فقال: يا محمد! نقضت الرسمة أضراسي، فمضغت هذا العلك لأشدها.

\* عن الجعفري قال: سمعت أبا الحسن موسى الكاظم عليه السلام يقول: «دواء الضرس: تأخذ حنظلة فتقشرها، ثم تستخرج دهناً، فإن كان الضرس مأكولاً منحرفاً، يقطر فيه قطرات، ويجعل منه في قطنة شيئاً، ويجعل في جوف الضرس، وينام صاحبه مستلقياً، يأخذ ثلاث ليال».

\* في الرسالة المذهبة للإمام الرضا عليه السلام: «إن أجود ما استكت به الأراك، فإنه يجلو الأسنان ويطيب النكهة ويشد اللثة ويسمنها، وهو نافع من الحفر إذا كان باعتدال، والإكثار منه يرق الأسنان ويزعزعها ويضعف أصولها».

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٢.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٨٨.

(٣) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٣٦١.

(٤) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٣٦٣.

(٥) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٣٦٦.



\* في الرسالة الذهبية: ومن أراد أن يبيض أسنانه فليأخذ جزءاً من ملح أندراي، ومثله زبد البحر، فيسحقها ناعماً، ويستنّ به.

\* وقال عليه السلام: «ومن أراد أن لا تفسد أسنانه، فلا يأكل حلواً إلا بعد كسرة خبز»<sup>(١)</sup>.

\* وطبيخ الثوم ومشوّه يسكن وجع الأسنان، والمضمضة بطبيخه ينفع أيضاً من وجع السن، وخصوصاً إذا خلط به الكندر (اللبان)<sup>(٢)</sup>.

## السنا (مكي)

### تعريفه:

السنا نبات شجري من الفصيلة القرنية، زهره مصفر، وجهه مفلطح رقيق كلوي الشكل تقريباً. يتداوى بورقه وثمره. وأجوده الحجازي، ويعرف بالسنا مكي.

وهو نوعان: السنا الاسكندري، وهو ورق الكسيا الرمحية والبيضية، والسنا الهندية، وهو ورق الكسيا المستطيلة. وورق السنا أخضر باهت ذو رائحة خفيفة وطعم حلو. ويمكن استخراج خواص السنا باستخدام الماء البارد أو الساخن. وتحتوي على مسهل ينفصل على هيئة مادة حمراء مصفرة بائنة لا تتبلور، وعلى قليل من الزيت الطيار.

### فوائده:

قال أمية بن أبي الصلت: السنا حار يابس في الدرجة الأولى، يسهل

(١) طب الأئمة لعبد الله شبر: ص ٣٦٨.

(٢) القانون لابن سينا: ص ٥٠.

المرّة الصفراء والمرّة السوداء، والبلغم، ويفوص إلى أعماق الأعضاء، ولذلك يتفع المنقرسين، وعرق النساء، ووجع المفاصل الحادث عن أخلاط المرّة الصفراء والبلغم.

### خواصه:

السنا مسهل يزيد الحركة الدودية للأمعاء، ويزيد المفروز من الأمعاء قليلاً، ويعمل في المعاء الدقيقة أكثر من الغليظة. وقد يحدث غثياناً وقولنجاً وتركب السنا غالباً مع الأملاح المسهلة الأخرى، مثل الملح الإنكليزي وطرطرات البوتاسيوم. ويعطى السنا في حالات القبض وفي الأمراض الإلتهابية. ولا يجوز اعطاؤه إذا كانت القناة الهضمية ملتهبة.

### مستحضراته:

معجون السنا (أسود)، يتألف من: مسحوق السنا (٧) ومسحوق الكزبرة (٣) وتين (١٢) وتمر هندي (٩) ولب الكسيا: الخيار الشنبر (٩) وخوخ جاف (٦) ورب السوس (٤/٢) وسكر (٣٠) وماء مقطر (٢٤). والجرعة ٤ غرامات فصاعداً.

### الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «لو كان في شيء شفاء لكان في السنا»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «تداووا بالسنا فإنه لو كان شيء يرد الموت لرده السنا»<sup>(٢)</sup>.

(١) رمز الصحة: ص ١٨.

(٢) قرب الإسناد: ص ٧٠.

✽ قال النبي ﷺ: «لأسماء بنت عُمَيْسٍ: «بما كنت تستمشين في الجاهلية؟»

قالت: بالشَّنْزُومِ. (الاستمشاء: شرب المسهل).

قال: حار حار (أو: حار يار).

ثم قالت: استمشيت بالسناء.

قال ﷺ: لو أن شيئاً يردّ القدر لردّه السناء<sup>(١)</sup>.

✽ عن الصادق عليه السلام: «لو علم الناس ما في السناء، لبلغوا مثقالاً منه مثقالين ذهباً. أما إنه أمان من البهق والبرص والجذام والجنون والفالج واللقوة، ويؤخذ مع الزبيب الأحمر الذي لا نوى له، ويجعل معه هليلج كابلي أصفر وأسود أجزاء سواء، يؤخذ على الريق مقدار ثلاثة دراهم، وإذا أويت إلى فراشك مثله، وهو سيد الأدوية»<sup>(٢)</sup>.

## السواك

### توضيح:

لتبييض الأسنان استعمال فرشاة وضع عليها مسحوق البانسون، ومسحوق الزعتر المخلوط بفحم الحور الأسود. أو ادلك الأسنان بعصير الليمون الحامض، أو ادلكها بقطعة من الليمون.

### الروايات:

✽ قال النبي ﷺ: «خمس يذهبن بالنسيان ويزدن في الحفظ، ويذهبن

(١) العقد الفريد لابن عبد ربه: ج ٦، ص ٢٧٢، والعقد الفريد: ج ٧، ص ٢٦٤.

(٢) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ٢١٤.

بالبلغم: السواك، والصيام، وقراءة القرآن، والعسل، واللُّبان «أي الكُنْدُر»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ قال: «يا علي في السواك اثنتا عشرة خصلة هي: السنّة، ومطهرة للفم، ومجل للبصر، ومرضاة للرب تبارك وتعالى، ويرغم الشيطان، ويشهي الطعام، ويذهب بالبلغم، ويزيد في الحفظ، ويضاعف الحسنات، وتفرح به الملائكة»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ قال: «نظفوا طريق القرآن. فقل: بما ننظفه؟ قال بالسواك»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «استاكوا عرضاً، ولا تستاكوا طولاً»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «السواك شطر الإيمان»<sup>(٥)</sup>.

\* عن النبي ﷺ قال: «السواك فيه عشر خصال: مطهرة للفم، ومرضاة للرب، يضاعف الحسنات سبعين ضعفاً، وهو من السنّة، ويذهب الحفر، ويبيض الأسنان، ويشد اللثة، ويقطع البلغم، ويذهب بغشاوة البصر، ويشهي الطعام»<sup>(٦)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «نعم السواك الزيتون من شجرة مباركة، ويذهب بالحفر (حفرة تعلقو الأسنان) وهو سواكي وسواك الأنبياء قبلي»<sup>(٧)</sup>.

\* عن النبي ﷺ في وصية لعلي عليه السلام: «يا علي عليك بالسواك عند كل وضوء»<sup>(٨)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٦٦ عن الفردوس.

(٢) البحار: ج ٧٦، ص ١٢٩، عن الخصال للصدوق: ج ٢، ص ٤٨١.

(٣) البحار: ج ٧٦، ص ١٣٠.

(٤) البحار: ج ٧٦، ص ١٣٩.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ٤٩.

(٦) الخصال: ج ٢، ص ٤٤٩.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ٤٩.

(٨) مكارم الأخلاق: ص ٤٩.

\* عن النبي ﷺ : « ما زال جبرئيل يوصيني بالسواك، حتى ظننت أنه سيجعله فريضة »<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : « نزل جبرئيل عليه السلام على رسول الله ﷺ بالسواك والخلال والحجامة »<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال : « أربع من سنن المرسلين : السواك والحناء والطيب والنساء »<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : « لكل شيء طهور، وطهور الفم السواك »<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام أن النبي ﷺ قال : « لولا أن يشق على أمتي، لأوجبت السواك في كل صلاة »<sup>(٥)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : « السواك يجلو البصر، وينبت الشعر، ويذهب بالدمعة »<sup>(٦)</sup>.

\* قال الرضا عليه السلام للمأمون في (الرسالة الذهبية) : « واعلم يا أمير المؤمنين أن أجود ما استكت به ليف الأراك، فإنه يجلو الأسنان ويطيب النكهة، ويشد اللثة ويستننها أي يسدها. وهو نافع من الحفر إذا كان باعتدال، والإكثار منه يرق الأسنان ويزعزعها ويضعف أصولها. . . ومن أراد أن يبيض أسنانه فليأخذ جزءاً من ملح أندراكي، ومثله زيد البحر، فيسحقهما ناعماً، ويستنّ (أي يستاك) به »<sup>(٧)</sup>.

---

(١) البحار: ج ٧٦، ص ١٢٦.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٣٢.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤١.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٤٩.

(٥) فقه الرضا (ع): ص ١٣٧.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ٥٠، عن طب الأئمة (ع).

(٧) البحار: ج ٣٢، ص ٣١٧.

\* عن الرضا عليه السلام عن النبي صلى الله عليه وآله قال: «أَدْمَنُوا غَيْباً... واستاكوا عرضاً» (أي دائماً) (١).

\* عن الإمام علي عليه السلام: «السواك مرضاة للرب، ومطية للفم، وهو من السنة» (٢).

## السويق

### تعريفه:

طعام يتخذ من مدقوق الحنطة والشعير، سمي بذلك لانسياقه في الحلق. ويمكن أن يتخذ من سبعة أشياء: الحنطة والشعير والنبق (ثمر شجر السدر) والتفاح والقرع وحب الرمان والغبيراء.

### الروايات:

\* عن زين العابدين عليه السلام: «بَلَّوْا جوف المحموم بالسويق والعسل ثلاث مرات، ويحول من إناء إلى إناء ويسقى المحموم، فإنه يذهب بالحمى الحارة، وإنما عُمِلَ بالوحي» (٣).

\* عن الباقر عليه السلام: «ما أعظم بركة السويق، إذا شربه الإنسان على الشيع أمراً وهضم الطعام، وإذا شربه الإنسان على الجوع أشبعه، ونعم الزاد في السفر والحضر: السويق» (٤).

(١) فقه الرضا (ع): ص ٤٠٧.

(٢) تحف العقول: ص ٧٢.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩٢.

(٤) طب الأئمة: ص ٦٧.

\* عن الصادق عليه السلام : «السويق الجاف يذهب بالبياض» (أي البرص أو بياض العين)<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «شرب السويق بالزيت ينبت اللحم ويشد العظم، ويرق البشرة، ويزيد في الباء»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «إن السويق الجاف إذا أخذ على الريق، أطفأ الحرارة، وسكن المرة، وإذا لُت (أي مزج مع قليل من الماء أو الزيت أو السمن) ثم شرب، لم يفعل ذلك»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «السويق يجرد (أي ينزع) المرة والبلغم من المعدة جرداً، ويدفع سبعين نوعاً من أنواع البلاء»<sup>(٤)</sup>.

\* عن ابن أبي كثير قال: انطلق بطني (اسهال) فأمرني الإمام الصادق عليه السلام أن آخذ سويق الجاورس (وهو الدخن ومن صفاته أنه شديد القبض) بماء الكمون. ففعلت، فأمسك بطني وعوفيت<sup>(٥)</sup>.

\* عن خضر قال: كنت عند الإمام الصادق عليه السلام فأتاه رجل من أصحابنا، فقال له: يولد لنا المولود فتكون منه العلة والضعف، فقال عليه السلام : «ما يمنعك من السويق، فإنه يشد العظم وينبت اللحم»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «اسقوا صبيانكم السويق في صغرهم، فإن ذلك ينبت اللحم ويشد العظم، ومن شرب السويق أربعين صباحاً امتلأ كتفاه قوة»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «ثلاثة راحات (أي كمشات) سويق جاف على الريق،

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٦٧.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠١، عن فروع الكافي.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧.

ينشف المرة والبلغم، حتى لا يكاد أن يدع شيئاً<sup>(١)</sup>.

• ذكر السويق عند الإمام الصادق عليه السلام : فقال : «إنما عُمل بالوحي»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام قال : «السويق طعام المرسلين (أو قال) طعام النبيين عليهم السلام»<sup>(٣)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «السويق لما شُرب له» «أي ينفع لأي داء شرب له ولأية منفعة قصدت به»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «نعم القوت السويق، إن كنت جائعاً أمسكك، وإن كنت شبعاناً هضم طعامك»<sup>(٥)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨، عن الفروع، ج ٦، ص ٣٠٦.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧.

(٥) الكافي للكليني.





## حرف الشين

### الشحم

- \* ذكر اللحم والشحم عند النبي ﷺ فقال: «ليس منهما بَضْعَةٌ (أي قطعة) تقع في المعدة، إلا أنبت مكانها شفاء، وأخرجت من مكانها داء»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام قال في الدهن: «يلين البشرة، ويزيد في العقل والدماغ، ويسهل مجاري الماء، ويذهب بالقشف، ويسفر اللون»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «من أكل لقمة شحم، أنزلت مثلها من الداء»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن زرارة، قلت للإمام الصادق عليه السلام: «جعلت فداك، الشحمة التي تُخرج مثلها من الداء، أي شحمة؟ قال: هي شحمة البقر. وما سألتني يا زرارة عنها أحد قبلك»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «عن البقر قال: «ألبانها دواء، وشحومها شفاء، ولحومها داء»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام: «اللحم ينبت اللحم، ومن أدخل في جوفه لقمة شحم أخرجت مثلها من الداء»<sup>(٦)</sup>.

(١) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٥، ودعوات الراوندي.

(٢) الخصال للصدوق ص ٦١٠.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٥٩.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٩.

(٥) رمز الصحة: ص ٢٢١، عن مكارم الأخلاق.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٥٩، والوسائل: ج ١٧، ص ٢٩.

## الشعر

### \* راجع (حلق الشعر) و(المشط)

- \* قال النبي ﷺ : «خمس من الفطرة: الختان والاستحداد (أي إزالة شعر العانة بأداة حادة)، ونف الإبط، وتقليم الأظافر، وقص الشارب»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «إذا دخلتم بلدةً وبيناً وخفتم وباءها، فعليكم ببصلها، فإنه يجلي البصر، وينقي الشعر»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «حُقُوا (أي قصروا) الشارب، وعَقُوا اللحى (أي اتركوها) ولا تشبهوا باليهود»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «اختضبوا بالحناء، فإنه يجلو البصر، وينبت الشعر، ويطيب الريح، ويسكن الزوجة»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن سليمان بن خالد، قال: قلت للصادق عليه السلام: المرأة تجعل في رأسها القرامل (أي الشعر المستعار)؟ قال: «يصلح لها الصوف، وما كان من شعر المرأة نفسها. وكره أن توصل المرأة من شعر غيرها (وفي رواية أخرى): لأن الشعر ميت»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الإمام الرضا عليه السلام عن النبي ﷺ قال: «إن تحت كل شعرة جنابة»<sup>(٦)</sup>.

(١) صحيح البخاري، مكتبة النهضة الحديثة بمكة ١٣٧٦هـ، ج ٧، ص ١٣٧.

(٢) رمز الصحة: ص ١٤٤، عن الفردوس.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٦٧.

(٤) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٠٩.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ٨٤.

(٦) فقه الرضا (ع): ص ٨٣.

• عن الرضا عليه السلام: «التيّن يذهب بالبخر، ويشدّ العظم، وينبت الشعر...»<sup>(١)</sup>.

## «خبز» الشعير

• عن الصادق عليه السلام: «ما أكل رسول الله ﷺ خبز بُزّ قط، ولا شبع من خبز شعير قط»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «لو علم الله في شيء شفاء أكثر من الشعير، ما جعله غذاء الأنبياء عليه السلام»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «ما زال طعام رسول الله ﷺ الشعير حتى قبضه الله إليه»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «كان قوت رسول الله ﷺ الشعير وحلواه التمر، وإدامه الزيت»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «فضل خبز الشعير على البُرّ (أي القمح) كفضلنا على الناس، وما من نبي إلا وقد دعا لآكل الشعير وبارك عليه، وما دخل جوفاً إلا وقد أخرج كل داء فيه، وهو قوت الأنبياء وطعام الأبرار، أبى الله تعالى أن يجعل قوت الأنبياء إلا شعيراً»<sup>(٦)</sup>.

- وفي ذلك قال الشاعر ابن الأَعمس في منظومته:

أفضله الخبز من الشعير      فهو طعام القانع الفقير

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٣.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٠٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٥٤.

(٤) رمز الصحة للدهرخي: ص ٢٢٣.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٥٤.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤، ومكارم الأخلاق: ص ١٥٤.

ما حلّ جوفاً قط إلا أخليا      من كل داء وهو قوت الأنبيا  
له على الحنطة فضل سام      كفضل أهل البيت في الأنام

## (ماء) الشعير

### تعريفه:

يؤخذ من الشعير الجيد المروض مقدار، ومن الماء الصافي العذب خمسة أمثاله، ويلقى في قدر نظيف، ويطنخ بنار معتدلة، إلى أن يبقى منه خمسه، ويصفى ويستعمل منه مقدار الحاجة بشكل محلى.

### فوائده:

ماء الشعير نافع للسعال وخشونة الحلق، مدرّ للبول، جلاء لما في المعدة، قاطع للمعش، مطفىء للحرارة. وفيه قوة يجلو بها ويلطف ويحلل<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

• عن عائشة قالت: كان رسول الله ﷺ إذا أخذ أحداً من أهله الوغك، أمر بالحساء من الشعير (أي ماء الشعير) فصنع، ثم أمرهم فحسوا منه. ثم يقول: «إنه كيزتو (أي يقوي) فؤاد الحزين، ويسرو (أي يكشف) عن فؤاد السقيم، كما تسرو إحداكن الوسخ بالماء عن وجهها»<sup>(٢)</sup>.

(١) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٥٤.

(٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٥٤.

## الشقيقة

- \* ورد في السنة أن النبي ﷺ تداوى بالحجامة وسط رأسه من شقيقة أصابته<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «اغسلوا أرجلكم بعد خروجكم من الحمام (لعله يقصد بالماء البارد) فإنه يذهب بالشقيقة...»<sup>(٢)</sup>.
- \* قال الإمام الرضا عليه السلام للمأمون في (الرسالة الذهبية): «وإذا أردت دخول الحمام، وأن لا تجد في رأسك ما يؤذيكَ، فابدأ قبل دخولك بخمس جرع من الماء الفاتر، فإنك تسلم إن شاء الله تعالى من وجع الرأس والشقيقة. وقيل: خمس أكف ماء حار تصبه على رأسك عند دخول الحمام»<sup>(٣)</sup>.
- \* وجاء فيها: ومن خشي الشقيقة والشوصة، فلا يؤخر أكل السمك الطري صيفاً كان أو شتاءً<sup>(٤)</sup>.

## الشَّمَر (بذور الرازيانج)

### فوائده:

يفيد الشَّمَر للسعال والربو وعسر التنفس، ويحلل الرياح ووجع الجنب والمعدة، ويدبّر البول والحيض، وينقي المثانة والصداع، ويفتت حصوات الكلية.

---

(١) صحيح البخاري ومسلم والنسائي.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٥٥.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٢.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

قال ابن سينا في (القانون) الكتاب الثالث :

وأما الأشياء التي ينفع استعمالها للعين وتحفظ قوتها، فالأشياء المتخذة الأئمد والتوتياء المربة بماء المرزنجوش وماء الرازيانج. والاحتحال كل وقت بماء الرازيانج عجيب عظيم النفع<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* عن الكاظم عليه السلام: «... اقتصروا على سيد هذه الأدوية: الهليلج والرازيانج والسكر» (راجع الحمى)<sup>(٢)</sup>.

\* عن محمد بن عبد السلام قال للإمام الرضا عليه السلام: أشكو إليك السعال الشديد، فقال: «أحدث أم عتيق؟» قلت كلاهما. قال: «خذ فلفلاً أبيض جزءاً، وأبرفيون جزءين، وخرقاً أبيض جزءاً واحداً، ومن البنج جزءاً، وتنخل بحريرة وتمجن بعدل متزوع الرغوة مثل وزنه، وتتخذ للسعال العتيق والحديث منه حبة واحدة بماء الرازيانج عند المنام، وليكن الماء فاتراً لا بارداً، فإنه يقلعه من أصله»<sup>(٣)</sup>.

## (نور) الشمس

\* عن الكاظم عليه السلام، قال رسول الله ﷺ: «في الشمس أربع خصال: تغير اللون، وتنن الريح، وتخلق الشياب، وتورث الذاء»<sup>(٤)</sup>.

(١) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٥١.

(٢) البحار: ج ٦٢ ص ٩٩.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٨٦.

(٤) الخصال: ج ١، ص ٢٤٩.

- عن أمير المؤمنين عليه السلام : «لا تستقبلوا الشمس فإنها مَبْخَرَةٌ، تشحب اللون، وتبلي الثوب، وتظهر الداء الدفين»<sup>(١)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام : «إذا جلس أحدكم في الشمس فليستدبرها لظهره، فإنها تظهر الداء الدفين»<sup>(٢)</sup>.
- رأى علي عليه السلام رجلاً في الشمس، فقال: «قم عنها؛ فإنها مَبْخَرَةٌ [البخر: نتن الفم] مُجْفَرَةٌ، تُنْفِلُ الريح [أي تبتلع الرائحة]، وتبلي الثوب، وتظهر الداء الدفين [أي أن الشمس تظهر الداء المستتر في البدن، الذي قد قهرته الطبيعة]»<sup>(٣)</sup>.

## الشهوة والاشتهاء

- عن ابن عباس أن النبي ﷺ عاد رجلاً، فقال له: «ما تشتهي؟ قال: أشتهي خبز بُزَّ. فقال النبي ﷺ: من كان عنده خبز بُزَّ فليبعث إلى أخيه. ثم قال: إذا اشتهى مريضٌ أحدكم شيئاً، فليطعمه»<sup>(٤)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «كلْ وأنت تشتهي، وأمسك وأنت تشتهي»<sup>(٥)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «المؤمن يأكل بشهوة أهله، والمنافق يأكل أهله بشهوته»<sup>(٦)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام : «ما كثر شعر رجل قط، إلا قلت شهوته»<sup>(٧)</sup>.

(١) الخصال: ج ١، ص ٩٧.

(٢) تحف العقول: ص ٧٦.

(٣) دستور معالم الحكم للفضائي: ص ١٠٢.

(٤) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٨٤.

(٥) رمز الصحة للدهررخي: ص ٤.

(٦) رمز الصحة للدهررخي: ص ٥.

(٧) طب الأئمة (ع) لشير: ص ٤٤٣.



\* زعموا: أن من قطع نظره على النرجس حالة المجامعة، تنعقد شهوته عقداً لا ينحل<sup>(١)</sup>.

## الشيب

\* عن الصادق عليه السلام: «كان الناس لا يشيئون، فأبصر إبراهيم عليه السلام شيئاً في لحيته، فقال: يا رب ما هذا؟ فقال: هذا وقار. فقال: رب زدني وقاراً»<sup>(٢)</sup>.

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «الشيب في مقدّم الرأس يُمن، وفي العارضين سخاء، وفي الذوائب شجاعة، وفي القفا شؤم»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي صلى الله عليه وآله: «الشيب نور فلا تنتفوه»<sup>(٤)</sup>.

\* جاء رجل إلى النبي صلى الله عليه وآله فنظر إلى الشيب في لحيته، فقال النبي صلى الله عليه وآله: «من شاب شيبته في الإسلام كانت له نوراً يوم القيامة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «لا تنتفوا الشيب فإنه نور المسلم، ومن شاب شيبته في الإسلام كانت له نوراً يوم القيامة»<sup>(٦)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «أنه كان لا يرى بأساً بجزّ (أي قص) الشيب، ويكره نتفه»<sup>(٧)</sup>.

(١) عجائب المخلوقات بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٩٧.

(٢) البحار: ج ١٢، ص ٨.

(٣) الخصال: ج ١، ص ٢٣٥.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٦٦.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ٦٦.

(٦) الخصال: ج ٢، ص ٦١٢.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ٦٩.

## حرف الصاد

### الصَّبْر

تعريفه:

الصبر من الأدوية المشهورة للعين عند الأطباء، أكلاً وكحلاً.

فوائده:

قال ابن سينا في القانون: الصَّبْر ينفي الفضول الصفراوية التي في الرأس، وينفع من قروح العين وجربها وأوجاعها، ومن حكة المآقي ويجفف رطوبتها<sup>(١)</sup>.

الروايات:

\* قال الكاظم عليه السلام لأحد أصحابه يشتكي من عينه: «ما يمنعك من كحل أبي جعفر عليه السلام: جزء كافور رباعي، وجزء صبر اسقوطري، يدقان جميعاً وينخلان بحريرة، يكتحل منه مثلما يكتحل من الأثمد...»<sup>(٢)</sup>

(١) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ١٤٨.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ١٥٠، عن الكافي: ج ٨، ص ٣٨٤.

\* دخل رجل على الإمام الصادق عليه السلام وهو يشتكي عينه، فقال له: «أين أنت من هذه الأجزاء الثلاثة: الصَّبر، والكافور، والمر؟ ففعل الرجل ذلك، فذهب عنه»<sup>(١)</sup>.

## صحة البدن

\* في وصية النبي ﷺ لأبي ذر، قال: «نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس: الصحة والفراغ»<sup>(٢)</sup>.

(وفي رواية): «نعمتان مجهولتان: الصحة والأمان».

\* قال النبي ﷺ: «ثلاث يفرح بهن الجسم ويربو: الطيب، واللباس اللين، وشرب العسل»<sup>(٣)</sup>.

\* روي عن الأصمغ بن بُبَاة: سمعت أمير المؤمنين عليه السلام يقول لابنه الحسن عليه السلام: «يا بني ألا أعلمك أربع كلمات تستغني بها عن الطب؟ فقال: بلى يا أمير المؤمنين. قال: لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع، ولا تقم عنه إلا وأنت تشتهي، وجوّد المضغ، واعرض نفسك على الخلاء إذا نمت، فإذا استعملت هذه استغثت عن الطب».

وقال عليه السلام: «إن في القرآن آية تجمع الطب كله ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾»<sup>(٤)</sup> (٥).

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام قال: «ضمنت لمن يسمي على طعامه أن لا يشتكي منه» فقال له ابن الكوا<sup>(٦)</sup>: يا أمير المؤمنين، لقد أكلت البارحة طعاماً فسميت

(١) البحار: ج ٦٢، ص ١٤٨، عن الكافي، وطب الأئمة (ع): ص ٨٣.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٤٥٩.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٥.

(٤) سورة الأعراف، الآية: ٣١.

(٥) الخصال للصدوق، ومستدرک النهج ص ١٦٢.

(٦) هو عبد الله بن الكوا، خارجي ملمون.

عليه وآذاني . فقال عليه السلام : «لعلك أكلت ألواناً فسقيت على بعضها ولم تُسَمِّ على بعض ، يا لكع» (أي يا أحمق) <sup>(١)</sup> .

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «توقوا البرد في أوله ، وتلقوه في آخره ، فإنه يفعل في الأبدان كفعله في الأشجار ، أوله يحرق ، وآخره يورق» <sup>(٢)</sup> .

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «صحة الجسد من قلة الحسد» <sup>(٣)</sup> .

• عن أمير المؤمنين عليه السلام في تفسير قوله تعالى : ﴿ ثُمَّ لَنْ نَسْأَلَكَ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّسِيمِ ﴾ <sup>(٤)</sup> قال : «هو الأمن والصحة والعافية» <sup>(٥)</sup> .

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «عجبت لغفلة الحساد ، عن سلامة الأجساد» <sup>(٦)</sup> .

• يروى أن الإمام علي عليه السلام قال : «من أراد الصحة ، فليجود الغذاء ، وليأكل على نقاء ، وليشرب على ظماء ، وليقلل من شرب الماء ، ويتمدد بعد الغذاء ، ويتمشى بعد العشاء ، ولا ينم حتى يعرض نفسه على الخلاء ، وليحذر دخول الحمام عقيب الامتلاء ، ومرة في الصيف خير من عشر في الشتاء وأكل القديد اليابس (أي اللحم المقدد) بالليل معين على الفناء ، ومجامعة العجائز تهزم أعمار الأحياء ، وتسقم أبدان الأصحاء» <sup>(٧)</sup> .

• لما احتضر أبو الطب عند العرب وهو الحارث بن كَلْدَة ، اجتمع إليه الناس ، فقالوا : مُرْنَا بأمر ننتهي إليه من بعدك . فقال : لا تتزوجوا من النساء إلا شابة ، ولا تأكلوا من الفاكهة إلا في أوان نضجها ، ولا يتعالجن أحدكم ما احتمل بدنه الداء ، وعليكم بالنورة في كل شهر ، فإنها مذية للبلغم ، مهلكة للمرأة ، منبئة للحم . وإذا تغدى أحدكم فلينم على إثر غدائه ساعة ، وإذا تعشى

---

(١) مكارم الأخلاق : ص ١٤٣ .

(٢) نهج البلاغة حكمة ١٢٨ .

(٣) نهج البلاغة حكمة ٢٥٨ .

(٤) سورة التكاثر ، الآية : ١٠٢ .

(٥) آداب النفس للعبثاني : ج ١ ، ص ٢١٦ .

(٦) غرر الحكم .

(٧) الطب النبوي لابن قيم الجوزية : ص ٣١٩ .

فليمش أربعين خطوة<sup>(١)</sup>.

قال الشيخ عباس القمي: وهذا مقتبس من وصايا أمير المؤمنين<sup>(٢)</sup> عليه السلام.

\* عن الصادق عليه السلام: «لو اقتصد الناس في المطعم، لاستقامت أبدانهم»<sup>(٣)</sup>.  
\* عن الصادق عليه السلام: «ثلاث لا يؤكلن يسمن، وثلاث يؤكلن يهزلن. فأما اللواتي يؤكلن فيهزلن: فالطلع وهو التمر غير الناضج والكسب والجوز. وأما اللواتي لا يؤكلن ويسمن: فالنورة والطيب ولبس الكتان».

وفي تمة الحديث: واثنان ينفعان من كل شيء ولا يضران من شيء، هما السكر والرمان<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ثلاث يسمن، وثلاث يهزلن. فأما التي يسمن: فإدمان الحمام، وشم الرائحة الطيبة، ولبس الثياب اللينة. وأما التي يهزلن: فإدمان أكل البيض، والسّمك، والضّلَع (أي امتلاء البطن من الطعام)»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «شرب الماء من قيام بالنهار أقوى وأصح للبدن (وفي رواية أخرى): أدّر للعروق وأقوى للبدن»<sup>(٦)</sup>.

\* قال الصادق عليه السلام لعنوان البصري: «إياك وأن تأكل ما لا تشتهي، فإنه يورث الحماسة والبله، ولا تأكل إلا عند الجوع. وإذا أكلت فكل حلالاً، وسم بالله»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ثلاثة يهرمن البدن وربما قتلن: أكل القديد (أي اللحم

(١) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣١٩.

(٢) الكنى والألقاب: ج ١، ص ٢٤.

(٣) الفصول المهمة للحر العاملي.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٤١، ومكارم الأخلاق ص ١٩٥.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ٤.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٢.

(٧) طب الإمام الصادق (ع) لمحمد الخليلي، ص ٨٠.

اليابس المتنن)، ودخول الحمام على البطنة، ونكاح المعجائز.

(وزاد فيه أبو إسحاق النهاوندي: «وغشيان النساء على الامتلاء»<sup>(١)</sup>).

• عن الصادق عليه السلام: «العافية نعمة خفية، إن وجدت نُسيبت، وإذا عُدمت ذكرت»<sup>(٢)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «خمس من السنن في الرأس، وخمس في الجسد، فأما التي في الرأس: فالسواك وأخذ الشارب وفرق الشعر والمضمضة والاستنشاق. وأما التي في الجسد: فالحِتان وحلق العانة ونف الإبطين وتقليم الأظافر والاستنجاء»<sup>(٣)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «إذا جعت فكل، وإذا عطشت فاشرب، وإذا هاج بك البول فَبَلِّ، ولا تجامع إلا من حاجة، وإذا نعست فتم، فإن ذلك مصحة للبدن»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «رأس الحكمة الرفق بالبدن»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «... وعود بدئك ما تعود»<sup>(٦)</sup>.

## الصداع

### أنواع الصداع وعلاجه:

قال محمد بن زكريا في (برد الساعة):

إذا كان الصداع في مقدم الرأس وما يلي الجبهة، فإن ذلك من فضل

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٣٨، عن الفروع والمحاسن.

(٢) البحار: ج ٧٤، ص ٢٤٣.

(٣) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٧١.

(٤) فقه الرضا (ع): ٣٤٠.

(٥) فقه الرضا (ع): ٣٤٠.

(٦) فقه الرضا (ع): ٣٤٠.

الدم. وعلاجه أن يُخرج شيئاً من الدم بحجامة أو فصد، فإنه يسكن على المكان، أو يشم شيئاً من الأفيون المصري الجيد، ويجعل في أنفه وأصداه، أو يأخذ شيئاً من العناب أو شرابه، أو يأكل مرقة العدس، أو يتناول شيئاً من الكزبرة اليابسة، فإنه يسكن على المكان.

وقد يكون الصداع أيضاً في وسط الرأس ودليل ذلك الحرارة، وينفع من ذلك أن تبلّ خرقة كتان بدهن وخل أحمر، ويوضع على الرأس، أو تبلّ بدهن ورد ولبن جارية، فإن ذلك يسكن على المكان، أو يشم النيلوفر، أو يأكل من لب الخيار الذي قد وضع في الخل الثقيف (وهو الحامض جداً)، أو يتناول شيئاً من الربوب الحامضة التي من شأنها إطفاء الصفراء، فإنه يسكن في الوقت، أو يدلك أسفل رجله بدهن بتفسج وملح، فإنه يسكن على المكان.

### قصة عن الحجاج:

من نوادر الطبيب تياذوق، أن الحجاج وجد في رأسه صداعاً، فبعث إليه وأحضره، فقال له تياذوق: اغسل رجليك بماء حار وادهنهما. وكان أحد خصيان الحجاج قائماً على رأسه يسمع كلامه، فقال: والله ما رأيت طبيباً أقل معرفة منك بالطب، شكا الأمير الصداع في رأسه، فتصف له دواء في رجله؟ فأجابه تياذوق: إن الإشارة إلى صحة ما قلتُ ظاهرة فيك! قال الخصي: وما هي؟ قال تياذوق: نزعتُ خصيتاك فذهب شعر لحيتك<sup>(١)</sup>.

(١) مجلة العرفان عدد نيسان ١٩٣٠، ص ٥٣٥.

## الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «الحناء خضاب الإسلام، يزيد في المؤمن عمله، ويذهب بالصداع، ويحدّ البصر، ويزيد في الوقاع، وهو سيد الرياحين في الدنيا والآخرة»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن الله إذا أحب عبداً نظر إليه، وإذا نظر إليه أتخفه بواحدة من ثلاث: إما حمى، أو وجع عين، أو صداع»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ادهن الحاجبين بالبنفسج، فإنه يذهب بالصداع»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن في الشونيز «حبة السوداء» شفاء من كل داء، فأنا آخذه للحمى والصداع والرمد ولوجع البطن، ولكل ما يعرض لي من الأوجاع، يشفيني الله به»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كان رسول الله ﷺ يستعط بدهن الجلجلان (وهو السمسم) إذا وجع رأسه»<sup>(٥)</sup>.

\* جاء خراساني إلى الصادق عليه السلام وقال له: يابن رسول الله ما زلت شاكياً منذ خرجت من منزلي من وجع الرأس. فقال له: «قم من ساعتك هذه فادخل الحمام، فلا تبدثن بشيء حتى تصب على رأسك سبعة أكفّ ماء حاراً، وسمّ الله تعالى في كل مرة، فإنك لا تشككي بعد ذلك إن شاء الله تعالى»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «غسل الرأس بالخطمي، أمن من الصداع»<sup>(٧)</sup>.

(١) رمز الصحة: ص ١٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٣٥٨.

(٣) الكافي: ج ٦، ص ٥٢٢.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٢١٢.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٤٣، عن قرب الإسناد، ص ٧١.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ٧١.

(٧) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٣٣.



• عن الباقر والصادق عليهما السلام أنهما خرجا من الحمام متعممين شتاءً كان أم صيفاً، وكانا يقولان: «هو أمان من الصداع»<sup>(١)</sup>.

• عن عمر بن إبراهيم قال: شكوت إلى الرضا عليه السلام مُرّة كنت أجدها، يأخذني منها شبه الجنون وصداع غالب. قال: «عليك بهذه البقلة التي يلتف ورقها، فضعها على رأسك، ومُرهم فليضعوها على رؤوس صبيانهم، فإنها نافعة بإذن الله. قال: ففعلت، فسكن عني الوجع» (والبقلة: هي اللبلاب)<sup>(٢)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام دعا بالهندباء يوماً لبعض الحشم، وقد كان يأخذه الحمى والصداع، فأمر أن يدق، ثم يصير على قرطاس، وصب عليه دهن البنفسج، ووضعه على رأسه، ثم قال: «أما إنه يجمع الحمى ويذهب بالصداع»<sup>(٣)</sup>.  
• وفي كتاب فرج بن سلام:

إذا دخلت الحمام فاضرب على رأسك بالماء الشخن سبع مرار، فبه تظهر السلامة من كل صداع بقدرة الجبار.

---

(١) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٣٤.

(٢) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر: ص ٣٣٨.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٤٤، عن فروع الكافي.

## الصدر (والنزلة الصدرية)

\* قال النبي ﷺ: «نعم الشراب العسل، يرعى القلب، ويُذهب برد الصدر»<sup>(١)</sup>.

\* قال ابن سينا في دواء النزلة الصدرية:

في أول النزلة فصد، وفي أواخر النزلة حمام بينهما ماء شعيربه صحت من النزلة أجسام

## الصعتر

\* راجع (الزعر)

## (المرّة) الصفراء

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «عليكم بالزيت فإنه يكشف المرّة (أي يساعد على طرح عصارة المرارة السامة إلى الأمعاء) ويذهب البلغم...»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كلوا الباذنجان، فإنه جيد للمرّة السوداء، ولا يضّر الصفراء»<sup>(٣)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

(٢) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٧.

(٣) كشف الأخطار لشمس الدين بن محمد الحسيني - مخطوط.

- عن الصادق عليه السلام: «سويق العدس يقطع العطش، ويقوي المعدة، وفيه شفاء من سبعين داء، ويطفىء الصفراء، ويرد الجوف...»<sup>(١)</sup>.
- قال الإمام الرضا عليه السلام في الماء البارد: «إنه يطفئ الحرارة، ويسكن الصفراء، ويهضم الطعام»<sup>(٢)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام: «في العسل شفاء من كل داء. من لعق لعقة عسل على الريق، يقطع البلغم ويحسم الصفراء ويمنع المرة السوداء»<sup>(٣)</sup>.
- عن الإمام الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبة: «ومن أراد أن يطفئ لهب الصفراء، فليأكل كل يوم شيئاً رطباً بارداً، ويروح بدنه، ويقل الحركة، ويكثر النظر إلى من يحب»<sup>(٤)</sup>.

## الصيام

- قال النبي ﷺ: «صوموا تصحوا»<sup>(٥)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «خمس يذهبن بالنسيان ويزدن في الحفظ ويذهبن بالبلغم: السواك، والصيام، وقراءة القرآن، والعسل، واللبن» (أي الكندر)<sup>(٦)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «يا معشر الشباب، من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغضّ للبصر وأحفط للفرج. ومن لم يستطع فعليه بالصوم، فإنه له وجاء»<sup>(٧)</sup> (أي يقطع الشهوة).

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٩٣.

(٢) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٣) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٤) البحار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٣٢٥.

(٥) البحار: ج ٩٦، ص ٢٥٥.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٦٤، عن الفردوس.

(٧) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ١٩٥.

- \* عن النبي ﷺ : «عليكم بالصوم فإنه محسنة للعروق، ومذهبة للأشعر»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «صوم ثلاثة أيام من كل شهر: أربعاء بين خميسين، وصوم شعبان؛ يذهب بوسواس الصدر ويلاجل القلب»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «كان رسول الله ﷺ إذا أفطر، بدأ بحلوى يفطر عليها، فإن لم يجد أفطر على الماء الفاتر، وكان يقول: ينقي المعدة والكبد، ويطيب النكهة والفم، ويقوّي الحديق ويجلو الناظر، ويغسل الذنوب غسلًا، ويسكن العروق الهائجة، والمرة الغالبة، ويقطع البلغم، ويطفيء الحرارة، ويذهب بالصداع»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «إن الصائم إذا صام زالتا عيناه، وإذا أفطر على الحلوى عادتا إلى مكانهما»<sup>(٤)</sup>.

(١) كنز العمال: حديث ٢٣٦١٠.

(٢) الخصال: ج ٢، ص ٦١٢.

(٣) منهج الدعوات للشيخ حسين معتوق: ج ٢، ص ٤٩.

(٤) منهج الدعوات: ج ٢، ص ٥٠.



جمهوری اسلامی ایران

## حرف الطاء

### (علم) الطب

مدخل:

قال الإمام علي عليه السلام : العلم علمان : علم الأديان، وعلم الأبدان .

وقال عليه السلام : العلوم أربعة :

«الفقه للأديان، والطب للأبدان، والنحو للسان، والنجوم لمعرفة الأزمان». وكان الأئمة عليهم السلام أطباء القلوب وأطباء الأبدان، لذلك قال الإمام علي عليه السلام يصف نفسه :

«طبيب دَوَّار بطبِّه، قد أحكم مراحمه، وأحمى مواسمه. يضع ذلك حيث الحاجة إليه، من قلوب عمي، وآذان صم، والسنن بُكم. متبع بدوائه مواضع الغفلة، ومواطن الحيرة»<sup>(١)</sup>.

الروايات:

\* عن الأصمغ بن نُباتة قال: قال أمير المؤمنين علي بن أبي طالب عليه السلام للحسن ابنه عليه السلام : «يا بني ألا أعلمك أربع خصال تستغني بها عن الطب؟

(١) نهج البلاغة: الخطبة رقم ١٠٦.

فقال: بلى يا أمير المؤمنين. قال: لا تجلس على الطعام إلا وأنت جائع، ولا تقم عن الطعام إلا وأنت تشتهي، وجود المضغ، وإذا نمت فاعرض نفسك على الخلاء. فإذا استعملت هذا استغنيت عن الطب<sup>(١)</sup>.

\* وقال عليه السلام: «إن في القرآن لآية تجمع الطب كله:

﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾<sup>(٢)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام: «طب العرب في ثلاثة: شرطة الحجامة، والحقنة، وآخر الدواء الكي<sup>(٣)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام: «طب العرب في سبعة: شرطة الحجامة، والحقنة، والحمام، والسعوط، والقيء، وشربة عسل، وآخر الدواء الكي. وربما يزداد فيه النورة<sup>(٤)</sup>.

\* حضر الإمام الصادق عليه السلام مجلس المنصور يوماً وعنده رجل من الهند يقرأ كتب الطب، فجعل الصادق عليه السلام ينصت لقراءته. فلما فرغ الهندي قال له: يا أبا عبد الله، أتريد مما معي شيئاً؟ قال: لا، فإن ما معي خير مما معك. قال: وما هو؟ قال: أدوي الحار بالبارد، والبارد بالحار، والرطب باليابس، واليابس بالرطب، وأردّ الأمر كله إلى الله عز وجل، وأستعمل ما قال رسول الله ﷺ. وأعلم أن المعدة بيت الداء، والحمية هي الدواء، وأعوذ البدن ما اعتاد.

فقال الهندي: وهل الطب إلا هذا؟ فقال الصادق عليه السلام: «أفتراني عن كتب الطب أخذت؟ قال: نعم. قال: «لا والله ما أخذت إلا عن الله سبحانه...»<sup>(٥)</sup>.

(١) الخصال: ج ١، ص ٢٢٩.

(٢) سورة الأعراف، الآية: ٣١.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٥٥.

(٤) طب الأئمة: ص ٥٥.

(٥) الخصال للصدوق: ج ٢، ص ٥١٢.

## وصايا طبية

\* قال أبو بكر الرازي في كتابه (من لا يحضره الطبيب):

مهما قدرت أن تعالج بالأغذية فلا تعالج بالأدوية.

\* ويقرب منه قول الحارث بن كلدة الذي أسلم على يد النبي ﷺ قال: دافع الدواء ما وجدت مدفعاً، ولا تشربه إلا من ضرورة، فإنه لا يصلح شيئاً إلا أفسد. وهذا شبيه قول الإمام علي عليه السلام:

شرب الدواء للجسد كالصابون للثوب، يُنَقِّيه ولكن يُخْلِقُهُ<sup>(١)</sup>.

## طبيب العرب الحارث بن كلدة

وفد الحارث بن كلدة الثقفي<sup>(٢)</sup> على كسرى أنوشروان، فأذن له بالدخول عليه. فلما وقف بين يديه قال له: من أنت؟ قال: أنا الحارث بن كلدة الثقفي. قال: فما صناعتك؟ قال: الطب. قال: أعرابي أنت؟ قال: نعم، من صميمها ويحبوحة دارها. قال: فما تصنع العرب بطب مع جهلها، وضعف عقولها، وسوء تغذيتها؟ قال: أيها الملك، إذا كانت هذه صفتها، كانت أحوج إلى من يصلح جهلها، ويقيم عوجها، ويسوس أبدانها، ويعذل أمشاجها [أي أخلاطها]؛ فإن العاقل يعرف ذلك من نفسه...

(١) الحكمة: ٤٢٢، آخر شرح ابن أبي الحديد.

(٢) كان الحارث بن كلدة من الطائفة، وهو طبيب العرب في عصره. سافر إلى فارس وتعلم الطب، وعرف الداء والدواء. وبقي إلى أيام النبي (ص) والخلفاء الأربعة. توفي نحو سنة ٥٠ هـ.



ثم قال كسرى: فما الذي تحمد من أخلاقها، ويعجبك من مذاهبها وسجاياها؟ قال الحارث: أيها الملك، لها أنفُس سخية، وقلوب جرية، ولغة فصيحة، والسن بليغة، وأنساب صحيحة، وأحساب شريفة، يمرق [أي يخرج] من أفواههم الكلام مروق السهم من نبعة الرام [نوع من الشجر]، أعذب من هواء الربيع، وألين من سلسبيل المعين. مطعمو الطعام في الجذب، وضاربو الهام في الحرب. لا يرام عزهم، ولا يضام جارهم، ولا يستباح حريمهم، ولا يُذلّ كريمهم. ولا يقرّون بفضل الأنام، إلا للملك الهام، الذي لا يقاس به أحد، ولا يوازيه سُوءة ولا ملك!

فاستوى كسرى جالساً، وسُرّ لما سمع من محكم كلامه، وقال لجلسائه: إني وجدته راجحاً، ولقومه مادحاً، وبفضيلتهم ناطقاً، وبما يورده من لفظه صادقاً؛ وكذا العاقل من أحكامه التجارب!

ثم أمره بالجلوس فجلس. فقال له: كيف بصرك بالطب؟ قال: ناهيك!

### حديث قيّم عن الطب:

قال كسرى: فما أصل الطب؟ قال: ضبط الشفتين، والرفق باليدين. قال: أصبت! فما الداء الدوي [أي المهلك]؟ قال: إدخال الطعام على الطعام، هو الذي يفني البرية، ويهلك السباع في جوف البرية. قال: فما الجمرة التي تلهب منها الأدوية؟ قال: التخمّة، إن بقيت في الجوف قتلت، وإن تحللت أسقمت. قال: صدقت...

قال: فما تقول في دخول الحمام؟ قال: لا تدخله شعبان، ولا تنم في الليل عريان، ولا تقعد على الطعام غضبان؛ وارفق بنفسك يكن أرحى لبالك، وقلل من طعامك يكن أهنأ لنومك.

قال: فما تقول في الدواء؟ قال: ما لزمك الصحة فاجتنبه، فإن هاج داء فاحسمه بما يردعه قبل استحكامه، فإن البدن بمنزلة الأرض؛ إن أصلحتها عمرت، وإن تركتها خربت.

قال: فأَيُّ اللَّحْمَانِ أَفْضَلُ؟ قال: الضَّانُّ الْفَتِيُّ. والقَدِيدُ الْمَالِحُ مَهْلِكٌ لِلْأَكْلِ؛ واجْتَنِبْ لَحْمَ الْجَزُورِ وَالْبَقَرِ.

قال: فما تقول في الفَوَاكِهِ؟ قال: كُلُّهَا فِي إِقْبَالِهَا وَحِينَ أَوَانِهَا، وَاتْرَكِهَا إِذَا أَدْبَرَتْ وَوَلَتْ وَانْقَضَى زَمَانُهَا. وَأَفْضَلُ الْفَوَاكِهِ الرِّمَانُ وَالْأَنْجُرُ، وَأَفْضَلُ الرِّيَاحِينِ الْوَرْدُ وَالْبَنْفَسَجُ، وَأَفْضَلُ الْبَقُولِ الْهَنْدْبَاءُ وَالْخَسُ.

قال: فما تقول في شرب الماء؟ قال: هو حياة البدن وبه قوامه. ينفع ما شرب منه بقدر الحاجة، وشربه بعد النوم ضرر. أفضله أَمْرُهُ، وأرقه أَصْفَاهُ. قال: فما طعمه؟ قال: شيء لا يوصف. قال: فما لونه؟ قال: اشتبه على الأبصار لونه، لأنه يحكي لون كل شيء يكون فيه.

### الطبائع الأربعة:

قال كسري: فعلى كم جُبل وطبع البدن؟ قال: على أربعة طباع: المِزَّةُ السوداء، وهي باردة يابسة. والمِزَّةُ الصفراء، وهي حارة يابسة. والدم، وهو حار رطب، والبلغم، وهو بارد رطب...

قال: أفتأمر بالحقنة؟ قال: نعم! قرأت في بعض كتب الحكماء أن الحقنة تنقي الجوف، وتكسح الأدوية عنه. والعجب لمن احتقن كيف يهرم، أو يعدم الولد! وإن الجاهل من أكل ما قد عرف مضرته، ويؤثر شهوته على راحة بدنه.

قال: فما الحِمية؟ قال: الاقتصاد في كل شيء؛ فإن الأكل فوق المقدار يضيق على الروح ساحتها، ويسد مسامها...

ثم قال كسري: لله دَرَكٌ من أعرابي! لقد أعطيت علماً، وخصصت فطنة وفهماً... وأحسن صلته، وأمر بتدوين ما نطق به<sup>(١)</sup>.

(١) قصص العرب لجاد المولى والبجاوي وأبو الفضل إبراهيم: ج ١، ص ١٣٢، عن بلوغ الأرب: ج ٣، ص ٣٢٨، والمقد الفريد: ج ٤، ص ٣٤١.

\* ولما احتضر الحارث بن كلدة اجتمع إليه الناس، فقالوا: مُرنا بأمر ننتهي إليه بعدك. قال:

لا تتزوجوا من النساء إلا الشابة، ولا تأكلوا الفاكهة إلا في أوان نضجها، ولا يعالجن أحدٌ منكم ما احتمل بدنه الداء، وعليكم بالنورة في كل شهر فإنها مذيبة للبلغم مهلكة للمرأة مُبْتَنَة للحم، وإذا تغدى أحدكم فليَنَمْ على إثر غدائه، وإذا تعشى فليَخُطْ أربعين خطوة.

\* ومن وصايا الطبيب (تياذوق) للحجاج شبيه ذلك قال:

لا تأكل من اللحم إلا فتياً، ولا تنكح إلا شابة، ولا تشرب الدواء إلا من علة، ولا تأكل الفاكهة إلا في أوان نضجها، وأجذ مضغ الطعام، وإذا أكلت نهراً فلا بأس أن تنام، وإذا أكلت ليلاً فلا تنم حتى تمشي ولو خمسين خطوة، ولا تحبس البول، وخذ من الحمام قبل أن يأخذ منك. وقد أخذ بعض معانيه من أقوال الإمام عليه السلام حيث قال: «لا يتداوى المسلم حتى يغلب مرضه صحته. امشِ بدائك ما مشى بك». عدا عن وصيته عليه السلام لابنه الحسن عليه السلام وهي أربع كلمات يستغني بها عن الطب.

### من نصائح سيدنا علي عليه السلام:

من ابتدأ غداؤه بالملح أذهب الله عنه كل داء، ومن أكل إحدى وعشرين زبيبة كل يوم لم ير في جوفه شيئاً يكرهه، واللحم ينبت اللحم، والثريد طعام العرب، ولحم البقر داء، ولبنها دواء، وسمنها شفاء، والشحم يخرج مثله من الداء، ولم تشتف النفساء بشيء أفضل من الرطب، والسواك وقراءة القرآن، يذهبان البلغم، ومن أراد البقاء (ولا بقاء إلا لله) فليباكر الغداء، وليخفف الرداء، وليقل غشيان النساء. خفة الرداء: خفة الدَّيْن.

## طبائع البدن

### طب جالينوس:

كان جالينوس (١٢٩ - ٢٠١م) يقتفي أثر الفيلسوف اليوناني أبقرط، ولذا فقد كان يعتقد أن الجسم البشري يحتوي على أربعة أمزجة هي<sup>(١)</sup>:

- |                     |                     |
|---------------------|---------------------|
| ١ - الدم            | ٢ - البلغم          |
| ٣ - المِرّة السوداء | ٤ - المِرّة الصفراء |

فإذا وُجدت هذه الأمزجة جميعها بالنسب الملائمة، كانت النتيجة توازن طباع الشخص وأخلاقه. أما إذا زاد أحد هذه الأمزجة عن المعدل، فإن طباع الشخص تختلف، ويصبح إما دمويّاً، أو مائياً (بارداً)، أو نارياً، أو منطوياً (سوداوياً).

إلا أن جالينوس لم يكن يعزو المرض إلى اضطراب الأمزجة كما قال أبقرط، ولكنه كان يعزوه إلى القصور العضوي، وهي نظرية ثبتت صحتها ولها أهمية كبرى<sup>(٢)</sup>.

---

(١) الطبائع الأربعة هي: الدم والبلغم والصفراء والسوداء، فأما الدم فيشمل القلب والمروق وتوابعها. وأما البلغم فيضم الجهاز التنفسي بمجاريه والرئتين والقصبات الهوائية وتوابعها. وأما الصفراء فتشمل الجهاز الهضمي والكبد والمرارة والطحال والبنكرياس وتوابعها. وأما السوداء فتشمل الكلى والمجاري البولية والتناسلية والرحم وتوابعها. (مجموعة الآثار للإمام الرضا (ع) ص ٤١٤).

(٢) كتاب المعرفة - حرف التاء - العدد ٥ ص ٨٠٠.

## الطبائع الأربع في نظر الإمام جعفر الصادق عليه السلام :

قال أبو هفان: قلت للطبيب ابن ماسويه: إن جعفر بن محمد عليه السلام قال: الطبائع أربع:

الدم: وهو عبد، وربما قتل العبد سيده.

والريح: وهو عدو، إذا سددت له باباً أتاك من باب آخر.

والبلم: وهو ملك يدارى.

والمرة: وهي الأرض، إذا رجفت رجفت بمن عليها.

فقال ابن ماسويه: أعذ عليّ، فوالله ما يحسن جالينوس أن يصف هذا الوصف.

وقد عتق علم الطب الحديث بأن المرة (أو الصفراء) هي الأوري أو البولة، وأن البلم (أو السوداء) هو أسيد أوريك أو حمض البول<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* عن الصادق عليه السلام قال: «بني الجسد على أربعة أشياء: على الروح والعقل، والدم والنفس. فإذا خرج الروح تبعه العقل، وإذا رأى الروح شيئاً حفظه عليه العقل، وبقي الدم والنفس»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن عامة هذه الأرواح (أي الأمراض) من المرة الغالبة أو دم محترق أو بلم غالب، فليشتغل الرجل بمراعاة نفسه قبل أن يغلب عليه شيء من هذه الطبائع فيهلكه»<sup>(٣)</sup>.

(١) مدرسة أهل البيت (ع) منهج وعلوم لحسان أبو صالح: ص ٤٨.

(٢) الخصال: ج ١، ص ٢٢٦.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٤.

\* عن الصادق عليه السلام: «أربع يعدلن الطبائع: الرمان السوراني، والبسر المطبوخ، والبنفسج، والهندباء»<sup>(١)</sup>.

\* حدث يوحنا بن ماسويه الطبيب النصراني الشهير، أن جعفر بن محمد عليه السلام قال: الطبائع أربع: الدم وهو عبد، وربما قتل العبد سيده. والريح وهو عدو، إذا سددت له باباً أتاك من آخر. والبلغم وهو ملك يدارى. والمرة وهي الأرض، إذا رجفت رجفت بمن عليها.

فقال ابن ماسويه: أعد عليّ، فوالله ما يُحسن جالينوس أن يصف هذا الوصف<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «عرفان المرء قيمته أن يعرفها بأربع طبائع، وأربع دعائم، وأربعة أركان. فطبائعه: الدم والمرة والريح والبلغم. ودعائمه: العقل (ومن العقل الفطنة) والفهم والحفظ والعلم. وأركانه: النور والنار والروح والماء.

فأبصر وسمع وعقل بالنور، وأكل وشرب بالنار، وجامع وتحرك بالروح، ووجد طعم الذوق والطعم بالماء. فهذا تأسيس صورته»<sup>(٣)</sup>.

## علم المأمون وسعة معارفه

قال جعفر بن محمد الأنماطي:

لما دخل المأمون بغداد وقرّ بها قراره، أمر أن يدخل عليه من الفقهاء والمتكلمين وأهل العلم، جماعة يختارهم لمجالسته ومحادثته. وكان يقعد في

(١) الخصال للصادق: ط ١، ج ١، ص ١١٩.

(٢) طب الأئمة: ص ٤.

(٣) طب الأئمة لعبد الله شير: ص ٦٢.

صدر نهاره على لُبود في الشتاء، وعلى حصير في الصيف، ليس معها شيء من سائر القُرُش. ويقعد للمظالم في كل جمعة مرتين، لا يمتنع منه أحد.

واختير له من الفقهاء لمجالسته مئة رجل، فما زال يختارهم طبقة بعد طبقة، حتى حصل منهم عشرة، وكان منهم أحمد بن أبي دؤاد، وبشر المريسي، وكنت أحدهم.

### علم المأمون بالطب:

فتغدينا يوماً عنده، فظننت أنه وضع على المائدة أكثر من ثلاثمائة لون؛ فكلما وُضع لون نظر المأمون إليه، فقال: هذا يصلح لكذا، وهذا نافع لكذا، فمن كان منكم صاحب بلغم ورطوبة فليتجنب هذا، ومن كان صاحب صفراء فليأكل من هذا، ومن غلبت عليه السوداء فليأكل من هذا، ومن أحب الزيادة في لحمه فليأكل من هذا، ومن كان قصده قلة الغذاء فليقتصر على هذا. فوالله إن زالت تلك حاله في كل لون يقدّم، حتى رفعت الموائد.

فقال له يحيى بن أكثم: يا أمير المؤمنين، إن خُضنا في الطب كنت جالينوس في معرفته! أو في النجوم كنت هرمس في حسابه! أو الفقه كنت علي بن أبي طالب في علمه! أو ذكرنا السخاء فأنت فوق حاتم في جوده! أو ذكرنا صدق الحديث كنت أبا ذر في صدق لهجته! أو الكرم كنت كعب بن مامة في إثارة على نفسه!

فسرّ المأمون بذلك الكلام، وقال: يا أبا محمد؛ إن الإنسان إنما فُضِّل على غيره من الهوام بفعله وعقله وتمييزه، ولولا ذلك لم يكن لحم أطيب من لحم، ولا دم أطيب من دم! <sup>(١)</sup>.

وقد أخذ المأمون الكثير من علوم الطب من الإمام علي الرضا عليه السلام، وذلك أنه اجتمع معه في نيسابور، فطلب المأمون من الرضا عليه السلام أن يكتب له

(١) عصر المأمون للدكتور فريد رفاعي: ج ١، ص ٣٦٠.

رسالة في الطب، فما أن ذهب المأمون إلى (بلخ) وعاد إلى نيسابور، حتى أعطاه الإمام عليه السلام رسالة موجزة في مبادئ الطب. فلما قرأها المأمون أكبرها وأقر بقيمتها وقال: تكتب بماء الذهب، فسميت «الرسالة المذهبة».

\* عن الرضا عليه السلام قال للمأمون في (الرسالة المذهبة): «إن الله تعالى بنى الأجسام على أربع طبائع، وهي المرتان (الصفراء والسوداء) والدم والبلغم. فاثنتان حاران واثنتان باردان، وقد خولف بينهما، فجعل الحارين ليناً ويابساً وكذلك الباردة رطباً ويابساً. ثم فزق ذلك على أربعة أجزاء من الجسد: على الرأس والصدر والشراسيف وأسفل البطن.

واعلم يا أمير المؤمنين أن الرأس والأذنين والعينين والقمم والأنف من الدم، وأن الصدر من البلغم والريح، والشراسيف من المرة الصفراء، وأن أسفل البطن من المرة السوداء»<sup>(١)</sup>.

\* إلى أن يقول في الرسالة المذهبة للمأمون:

«واعلم يا أمير المؤمنين أن أحوال الإنسان التي بناها الله تعالى وجعله متصرفاً بها، أربعة أحوال: الحالة الأولى لخمس عشرة سنة، وفيها شبابه وحسنه وبهاؤه، وسلطان الدم في جسمه. ثم الحالة الثانية من خمس عشرة سنة إلى خمس وثلاثين سنة، وفيها سلطان المرة الصفراء، وقوة غلبتها على الشخص وهو أقوى ما يكون، ولا يزال كذلك حتى يستوفي المئة المذكورة وهي خمس وثلاثون سنة. ثم يدخل في الحالة الثالثة إلى أن تتكامل مدة العمر ستين سنة، فيكون في سلطان المرة السوداء، وهي سن الحكمة والموعظة والمعرفة والدراية وانتظام الأمور، وصحة النظر في العواقب، وصدق الرأي وثبات الجأش في التصرفات. ثم يدخل في الحالة الرابعة، وهي الحالة التي لا يتحول عنها ما بقي، إلا إلى الهرم ونكد العيش وذبول ونقص في القوة وفساد في تكوينه، واستنكر كل شيء كان يعرف من نفسه، حتى صار ينام عند القوم ويسهر عند النوم، ويتذكر ما تقدم وينسى ما يحدث في الأوقات، ويذبل عوده

(١) البحار: ج ٥٩، ص ٣١٦.



ويتغير معهوده، ويجف ماء رونقه وبهائه، ويقل نبت شعره وأظفاره، ولا يزال جسمه في انعكاس وإدبار ما عاش، لأنه في سلطان البلغم، وهو بارد وجامد، فيجموده وبرده يكون فناء كل جسم يستولي عليه في الآخر القوة البلغمية<sup>(١)</sup>.

## الطعام

### \* راجع (الأكل) حرف الألف

\* النبي ﷺ قيل له: «يا رسول الله إنك لتقلّ شرب الماء. قال: هو أمراً لطعامي»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «لا تدعوا العشاء ولو على حشفة. إني أخشى على أمتي من ترك العشاء الهرم، فإنّ العشاء قوة الشيخ والشاب»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «طعام الجواد دواء، وطعام البخيل داء»<sup>(٤)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «من أراد البقاء ولا بقاء، فليباكر الغذاء...»<sup>(٥)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «عشاء الأنبياء بعد العتمة، فلا تدعوا العشاء، فإن ترك العشاء خراب البدن»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ينبغي للشيخ الكبير أن لا ينام، إلا وجوفه ممتلئ من الطعام، فإنه أهدأ لنومه وأطيب لنكهته»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «أول خراب البدن ترك العشاء»<sup>(٨)</sup>.

(١) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٥٩، ص ٣١٧.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٦٧.

(٤) بحار الأنوار: ج ٦٢، ص ٢٩١.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٧.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٦٨.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٧٠.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٦٦.

• عن مرازم قال: بعث إلينا أبو عبد الله عليه السلام بطعام سخن، وقال عليه السلام: «كلوا قبل أن يبرد، فإنه أطيب»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «إذا صليت الفجر فكل كسرة (أي قطعة من الخبز)، تطيب بها نكهتك، وتطفىء بها حرارتك، وتقوم بها أضراسك، وتشدّ بها لثك، وتجلب بها رزقك، وتحسن بها خلقك»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «لا تدع العشاء ولو بثلاث لقم بملح، ومن ترك العشاء ليلة، مات عِرْق في جسده لا يحيا أبداً»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «شرب الماء من قيام بالنهار يمرى الطعام» (أي يجعله سهل الهضم نافعا)<sup>(٤)</sup>.

• عن جعفر الجعفري قال: كان الإمام الكاظم عليه السلام لا يدع العشاء ولو بكعكة، وكان يقول: «إنه قوة للجسم، وصالح للجماع»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «لا تخلون جوفك من طعام، وأقلّ من شرب الماء، ولا تجامع إلا من سبق...»<sup>(٦)</sup>.

• تقول الأطباء: إذا خرج الطعام من قبل ست ساعات فهو من ضرر، وإذا أقام في الجوف أكثر من أربع وعشرين ساعة فهو من ضرر<sup>(٧)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥١٨، عن المحاسن للبرقي.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٣٤٥.

(٣) سفينة البحار: ج ٢، ص ١٩٩.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩١.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٤٦٧، والمحاسن للبرقي.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٨١.

(٧) العقد الفريد: ج ٧، ص ٢٦١.

## الطيب

- \* قال النبي ﷺ : «الرائحة الطيبة تشد القلب»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «حُبِّبَ إِلَيَّ مِنْ دُنْيَاكُمْ ثَلَاثُ : النِّسَاءُ وَالطِّيبُ ، وَجَعَلْتُ قُرَّةَ عَيْنِي فِي الصَّلَاةِ»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «نعم الطيب المسك، خفيف محمله، عطر ريحه»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «الطيب نُشْرَةٌ ، والعسل نُشْرَةٌ ، والركوب نُشْرَةٌ ، والنظر إلى الخفصة نُشْرَةٌ»<sup>(٤)</sup>،<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَنْفِقُ فِي الطِّيبِ أَكْثَرَ مِمَّا يَنْفِقُ فِي الطَّعَامِ»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «الريح الطيبة، تشد العقل، وتزيد في الباه»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال : «أربع من سنن المرسلين : السواك والحناء والطيب والنساء»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «من تطيب أول النهار، لم يزل عقله معه إلى الليل»<sup>(٩)</sup>.

- 
- (١) مكارم الأخلاق: ص ٤١.
  - (٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٦٠.
  - (٣) نهج البلاغة: الحكمة ٣٩٧.
  - (٤) النشرة: رُقِيَّةٌ يعالج بها المريض (تمويل).
  - (٥) نهج البلاغة الحكمة: ٤٠٠.
  - (٦) فروع الكافي: ج ٦، ص ٥١٢.
  - (٧) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٥.
  - (٨) مكارم الأخلاق: ص ٤١.
  - (٩) فروع الكافي: ج ٦، ص ٥١٠.

## الطين

- قال النبي ﷺ: «أكل الطين حرام على كل مسلم»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «لا تأكلوا الطين فإن فيها ثلاث خصال: تورث الداء، وتعظم البطن، وتصفر اللون»<sup>(٢)</sup>.
- نهى رسول الله ﷺ عن أكل الطفل الطين والفحم، وقال: «من أكل الطين فقد أعان على نفسه، ومن أكله فمات لم يصل عليه. وأكل الطين يورث النفاق»<sup>(٣)</sup>.
- عن الباقر عليه السلام: «طين قبر الحسين عليه السلام شفاء من كل داء، وأمان من كل خوف، وهو لما أخذ له»<sup>(٤)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «طين قبر الحسين عليه السلام شفاء من كل داء، وهو الدواء الأكبر»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «إن طين قبر الحسين عليه السلام مسكة مباركة، من أكله من شيعتنا كان له شفاء من كل داء، ومن أكله من عدونا ذاب كما تذوب الإلية»<sup>(٦)</sup>.
- شكى رجل إلى الصادق عليه السلام البرص، فأمره أن يأخذ طين قبر الحسين عليه السلام بماء السماء، ففعل فبرئ»<sup>(٧)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٥.

(٤) طب الأئمة: ص ٥٢.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٦٧.

(٦) طب الأئمة: ص ١٦٦.

(٧) طب الأئمة لعبد الله شير: ص ٣٩٨.

\* مثل الإمام الصادق عليه السلام عن الطين الأرمني، يؤخذ منه للكسير والمبطون، أيحل أخذه؟

قال عليه السلام : «لا بأس به . أما إنه من طين قبر ذي القرنين، وطين قبر الحسين عليه السلام خير منه»<sup>(١)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٦٧.

## حرف الظاء

### الظفر والأظافر

معلومة:

ينمو الظفر كل أسبوع ٢ ملم، ويحتاج الظفر ليتبدل كله أربعة أشهر.

الروايات:

- قال النبي ﷺ: «خمس من الفطرة: الختان، والاستحداد، ونف الإبط، وتقليم الأظافر، وقص الشارب»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «من أراد أن يأمن الفقر، وشكاية العين، والبرص والجنون، فليقلّم أظفاره يوم الخميس بعد العصر، وليبدأ بختصره من اليسار»<sup>(٢)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «من قلّم أظفاره يوم الجمعة، أخرج الله من أنامله داء،

(١) صحيح البخاري، مكتبة النهضة الحديثة بمكة المكرمة ١٣٧٦هـ، ج ٧، ص ١٣٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٦٦، عن الفردوس.

وأدخل فيها شفاء»<sup>(١)</sup>.

• عن أنس قال: «وَقَتَ لَنَا رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «أَنْ يَحْلُقَ الرَّجُلُ عَانَتَهُ كُلَّ أَرْبَعِينَ يَوْمًا، وَأَنْ يَنْتَفِ إِبْطَهُ كُلَّمَا طَلَعَ، وَلَا يَدَعِ شَارِبِيهِ يَطْوِلَانِ، وَأَنْ يَقْلِمَ أَظْفَارَهُ مِنَ الْجُمُعَةِ إِلَى الْجُمُعَةِ»<sup>(٢)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام: «تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ يَوْمَ الْجُمُعَةِ قَبْلَ الصَّلَاةِ يَمْنَعُ الدَّاءَ الْأَعْظَمَ. وَقَالَ عليه السلام: «تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ يَوْمَ الْجُمُعَةِ يَمْنَعُ كُلَّ دَاءٍ، وَتَقْلِيمُهُ يَوْمَ الْخَمِيسِ يَدْرُ الرِّزْقَ دَرًّا»<sup>(٣)</sup>.

• عن الباقر عليه السلام: «إِنْ مِنْ يَقْلِمُ أَظْفَارَهُ يَوْمَ الْجُمُعَةِ، يَبْدَأُ بِخَنْصَرِهِ مِنْ يَدِهِ الْيُسْرَى، وَيَخْتِمُ بِخَنْصَرِهِ مِنْ يَدِهِ الْيُمْنَى»<sup>(٤)</sup>.

• عن الباقر عليه السلام: «إِنَّمَا قَصَّوْا الْأَظْفَارَ لِأَنَّهَا مَقِيلُ الشَّيْطَانِ، وَمِنْهُ يَكُونُ النِّسْيَانُ»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «مَنْ أَخَذَ مِنْ أَظْفَارِهِ كُلَّ خَمِيسٍ لَمْ تَرْمُدْ عَيْنَاهُ»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «تَقْلِيمُ الْأَظْفَارِ وَالْأَخْذُ مِنَ الشَّارِبِ مِنَ الْجُمُعَةِ إِلَى الْجُمُعَةِ، أَمَانٌ مِنَ الْجَذَامِ»<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام قال: «يُدْفَنُ الرَّجُلُ شَعْرَهُ وَأَظْفَارَهُ إِذَا أَخَذَ مِنْهَا، وَهِيَ سُنَّةٌ. وَفِي كِتَابِ (الْمَحَاسِنِ): وَهِيَ سُنَّةٌ وَاجِبَةٌ. وَرَوَى أَنْ مِنَ السَّنَةِ: دَفْنُ الشَّعْرِ وَالْظُّفْرِ وَالدَّمِ»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ٦٤.

(٢) تفسير الدر المنثور للسيوطي: ج ١، ص ١١٣.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ١٣٨.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٦٦.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١، ص ٤٣٣.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ٨٤.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ٦٤.

(٨) مكارم الأخلاق: ص ٦٦.

• عن الإمام الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبة: «ومن أراد أن لا ينشق ظفره ولا يميل إلى الصفرة ولا يفسد حول ظفره، فلا يقلّم أظفاره إلا يوم الخميس»<sup>(١)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «تقليم الأظفار يمنع الداء الأعظم، ويجلب الرزق ويدّره»<sup>(٢)</sup>.

---

(١) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

(٢) تحف المقول: ص ٧٢.





## حرف العين

### العدس

#### عناصره الفعالة:

العدس مفيد جداً، وفيه مواد دسمة وبروتينات ناقصة ونشاء وأملاح معدنية، مثل المنغنيز والبوتاسيوم والفسفور والحديد والكلسيوم، وفيتامينات B و C.

#### فوائده:

يستعمل في حالات فقر الدم، وكغذاء شعبي، ومدّر للحليب، ولضعف الأعصاب وتعويض الجهد. وإذا طبخ بدون قشره عقل البطن من الإسهال<sup>(١)</sup>.  
\* قال النبي ﷺ: «شكا نبي من الأنبياء إلى الله عز وجل قساوة قلوب قومه، فأوحى الله عز وجل إليه وهو في مصلاه، أن مُز قومك أن يأكلوا العدس، فإنه يرقّ القلب ويدمع العين، ويذهب الكبرياء، وهو طعام الأبرار»<sup>(٢)</sup>.

(١) مفردات النباتات الطبية، إعداد أحمد صالح دهميش: ص ٣٩٤.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٨، عن الفردوس.

\* عن النبي ﷺ : «من أكل الذَّبَاءَ (وهو القرع أو اليقطين) بالعدس، رَقَّ قلبه عند ذكر الله، وزاد في جماعه (وفي رواية: دماغه)»<sup>(١)</sup>.

\* عن علي بن مهزيار، قال: إن جارية لنا أصابها الحيض وكان لا ينقطع عنها، حتى أشرفت على الموت، فأمر الإمام الباقر عليه السلام أن تسقى سويق العدس، فسقيت فانقطع عنها وعوفيت»<sup>(٢)</sup>.

\* عن محمد بن موسى عن الصادق عليه السلام : «سويق العدس يقطع العطش ويقوي المعدة، وفيه شفاء من سبعين داء، ويطفئ الصفراء، ويبرد الجوف. وكان إذا سافر عليه السلام لا يفارقه. وكان إذا هاج الدم بأحد من حشمه قال له: اشرب من سويق العدس، فإنه يسكن هيجان الدم، ويطفئ الحرارة»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «عليكم بالعدس، فإنه مبارك ومقدس. وإنه يُرَقِّق القلب، ويكثر الدمعة، وإنه قد بارك فيه سبعون نبياً آخرهم (أحدهم) عيسى بن مريم عليه السلام [أي دعوا له بالبركة]»<sup>(٤)</sup>.

## العدوى

### توضيح:

إن قول النبي ﷺ : «لا عدوى في الإسلام» ليس مفاده إنكار فكرة العدوى وأن الأمراض تنتقل من المريض إلى السليم، وإنما هدفه القول إن الإسلام أكد على النظافة وعلى الوقاية من الأمراض، ومن تكون هذه حاله تنعدم في مجتمعه الأمراض وتنتفي العدوى.

(١) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ١٧٩.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠، عن فروع الكافي: ج ٦، ص ٣٠٧.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٥.

أو أن معنى الحديث النهي عن مباشرة الأسباب التي تؤدي إلى سراية المرض إلى الآخرين، ومثله قوله ﷺ : «لا طَبِيرة (أي لا تنظفوا)، أي لا تتشاءموا»، نظير قوله ﷺ : «لا ضرر ولا ضرار، أي النهي عن الإضرار بالغير».

وقد استطاع أحد الأطباء المسلمين في أمريكا أن يؤكد صحة قول النبي ﷺ : «لا عدوى في الإسلام»، فاكتشف أن الإنسان الذي يملك إرادة قوية كالمؤمنين بالله. يملك شعاعاً أحمر يخرج من مسام جلده، يحرق كل المكروبات التي تقترب منه. أما قليل الإرادة فيشع منه شعاع أزرق لا يقوى على شيء.

## الروايات:

- \* قال النبي ﷺ : «لا توردوا المُرْض على المصح»<sup>(١)</sup>.
- \* وفي رواية قال ﷺ : «لا يوردَنَّ مَرَض على مُصِح»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «لا عدوى في الإسلام».
- \* عن النبي ﷺ : «وَفَرَّ من المَجْذوم فَرَارَك من الأسد».
- \* عن إبراهيم بن سعد قال: سمعت أسامة بن زيد يحدث سعداً عن النبي ﷺ قال: «إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها» [حتى لا ينتشر المرض].
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «العدوى ليست بحق»<sup>(٣)</sup>.

(١) صحيح البخاري، تحقيق محمد أبو الفضل إبراهيم ورفيقه، مكتبة النهضة الحديثة بمكة المكرمة، عام ١٣٧٦هـ، ج ٧، ص ١٢٠.

(٢) رواه مسلم في السلام، والبخاري في الطب، وأبو داود وأحمد في مسنده.

(٣) نهج البلاغة الحكمة ٤٠٠.

## العروق

\* عن الصادق عليه السلام: «شرب الماء من قيام بالنهار، أدّر للعروق، وأقوى للبدن»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن الله رفع عن اليهود الجذام، بأكلهم السلق، وقلعهم العروق» [أي قطع العروق من اللحم وإخراجها]<sup>(٢)</sup>.

## العسل

خواصه:

العسل سيال لزج لونه أصفر، والنوع الأحسن هو ما يسيل من الشهد بدون تسخين أو ضغط. ورائحته ثقيلة خاصة، وطعمه حلو جداً. وزنه النوعي ١,٣٤ ويغلب عليه السكر. ورائحته عطرية تختلف حسب اختلاف الأزهار التي يستخرج منها، وكثيراً ما يغش بالنشاء: ولكشف ذلك يذوّب في ماء ساخن، وعندما يبرد يضاف إليه صبغة اليود فإذا حصل لون أزرق دل على وجود النشاء.

تركيب العسل:

العسل أقدم مادة حلوة عرفها الإنسان، ويعود تاريخها إلى ٥٥٠٠ سنة قبل الميلاد، حيث عرفت في مصر.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٢، عن كتاب من لا يحضره الفقيه: ج ٣، ص ٢٣.

(٢) المحاسن: ص ٥١٩.

وهو مادة شديدة التعقيد يفرزها النحل . والعسل أنواع كثيرة تبعاً لنوع النحل ونوع الزهور التي جُني منها . وأفضل أنواع العسل الذي يجنى من عدد كبير من الزهور .

ويمتاز العسل بأنه مقاوم للتلف لمدة طويلة تصل إلى عدة سنين ، بشرط أن يحفظ بعيداً عن الرطوبة . والسبب في ذلك احتواؤه على المضادات الحيوية (انتي بيوتيك) ، فإذا وضعنا فيه قطعة لحم فإنها لا تفسد ، وتحافظ على طراوتها ثلاثة أشهر . وكذلك يمكن أن يحفظ فيه أي نوع من البذور عشرات السنين دون أن تتلف . ولهذا السبب يستخدم في تصنيع كثير من الأدوية الطبية ، لحفظها من التلف .

ولدى تحليل العسل وجد فيه أكثر من سبعين مادة مختلفة ، من أهمها :

١ - أنواع من السكاكر : اكتشف العلماء ما لا يقل عن ١٥ نوعاً من السكر في العسل أهمها : سكر الفواكه (فركتوز) بنسبة ٤٠٪ ، سكر العنب (كلوكوز) بنسبة ٣٠٪ . والأول هو الغذاء الأساسي لخلايا الدماغ ، والثاني جيد جداً للأطفال لأنه يُمتص في جسمهم رأساً ولا يحتاج إلى تحليل .

٢ - الأنزيمات (الخمائر) : وهي ضرورية للإنسان لاستقلاب المواد ، مثل خميرة الشعير التي تحول النشاء إلى السكر ، وخميرة الليياز اللازمة لهضم الدهون .

٣ - أنواع من الفيتامينات : يحتوي العسل على عدد من الفيتامينات الهامة للجسم ، منها فيتامين A وفيتامين B<sub>1</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>5</sub>, B<sub>6</sub> ، وفيتامين C وفيتامين E وفيتامين K .

٤ - بعض الحوامض الأمينية والبروتينات : مثل حمض الفورميك ، ومنشطات حيوية ، وروائح عطرية .

٥ - أملاح معدنية: مثل أملاح الكالسيوم والبوتاسيوم والصوديوم والمتخيز والحديد واليود.

٦ - مضادات حيوية لنمو الجراثيم.

٧ - هرمونات جنسية من مشتقات الاستروجين.

### فوائد العسل:

وقد ثبت علمياً أن العسل مفيد في علاج الكثير من الأمراض منها: أمراض الأنف والأذن والحنجرة، أمراض التنفس والرئتين، أمراض الجهاز الهضمي، الأمراض الجلدية، أمراض العين، الأمراض النسائية، أمراض الجهاز العصبي، الوقاية من نخر الأسنان، الوقاية للأطفال، الأمراض السرطانية والشعاعية.

وقد ذكر الإمام علي الرضا عليه السلام بعض هذه الاستخدامات للعسل، ومنها في معالجة أمراض الأنف والأذن والحنجرة، وأمراض الجهاز الهضمي. فقد تبين أن تناول العسل مع الحليب الساخن بعد مزجه مع عصير الليمون أو الشاي يقلل الإصابة بالرشح والأنفلونزا، من ثلاثة أيام إلى سبعة. وكذلك فإن استخدام العسل يقلل من التهابات التالية: التهاب الجيوب المزمن والأذن الوسطى بغسلها بالعسل، التهابات الفم القلاعية، التهاب اللوزات والبلعوم المزمن، التهاب الأنف الحاد والقصبات.

وأما بالنسبة لأمراض الجهاز الهضمي، فقد ثبت فائدة العسل في أمراض الصفراء والكبد، ويساعد على هضم المواد الغذائية بخمائه، ويستعمل في تخفيض حموضة المعدة لشفاء القرحة، كما يستعمل في علاج حالات الاسهال وخاصة عند الأطفال.

هذا عدا عن مساهمة العسل في زيادة الحفظ. وذلك لأنه ينشط الدماغ ويقلم له الغذاء والطاقة اللازمة.

وصدق سبحانه حيث قال: ﴿يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهِمْ شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾.

\* قال تعالى في النحل والعسل: ﴿وَإِذْ رَأَيْنَا إِلَى الْغُلَامِ أَنَّهُ أَغْنَىٰ عَنْهُ مِنَ الْبَيْتِ بِوَنَاءٍ وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَرْتَشُونَ﴾ ثم كُلِّي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَامْسِكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ<sup>(١)</sup>.

## الروايات

\* قال النبي ﷺ: «عليكم بالعسل، فوالذي نفسي بيده ما من بيت فيه عسل إلا وتستغفر الملائكة لذلك البيت، فإن شربه رجل دخل جوفه ألف دواء وخرج عنه ألف داء»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «من شرب العسل في كل شهر مرة، عوفي من سبع وسبعين داء»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «نعم الشراب العسل، يرعى القلب، ويذهب برد الصدر»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «من أراد الحفظ فليأكل العسل»<sup>(٥)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «خمسة يذهبن بالنسيان ويزدن في الحفظ، ويذهبن

(١) سورة النحل: الآيتان: ٦٨، ٦٩.

(٢) رمز الصحة للدهسرخي: ص ١١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.



بالبلغم: السواك، والصيام، وقراءة القرآن، والعسل، واللُّبان، (أي الكندر)<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «الطيب نُشْرة (أي يزيل الهم)، والعسل نشرة، والركوب نشرة، والنظر إلى الخضرة نشرة»<sup>(٢)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «شكا إليه رجل وجعاً يجده في جوفه، فقال ﷺ: «خذ شربة عسل، وألق فيها ثلاث حبات شونيز (أي الحبة السوداء) أو خمساً أو سبعمائة، واشربه تبرأ بإذن الله»، ففعل ذلك الرجل فبرئ»<sup>(٣)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «العسل شفاء لطرد الريح والحمى»<sup>(٤)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «لا تردوا شربة العسل على مَنْ أتاكم بها»<sup>(٥)</sup>.

• إن رجلاً قال لأمير المؤمنين عليه السلام: «إني موجد بطني، فقال عليه السلام: «ألك زوجة؟ قال: نعم. قال: «استوهب منها شيئاً من مالها طيبة به نفسها، ثم اشتر به عسلاً، ثم اسكب عليه من ماء السماء، ثم اشربه، فإني سمعت الله سبحانه يقول في كتابه: ﴿وَزَلْنَا مِنْ أَلَمِ مَاءِ مُبْرَكًا﴾»<sup>(٦)</sup>. وقال: ﴿يَخْرُجُ مِنْ بَطْنِهَا شَرَابٌ مُخْتَلَفٌ أَلْوَنُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾»<sup>(٧)</sup>، وقال: ﴿فَإِنْ طَلَبْتُمْ لَكُمْ عَنْ شَيْءٍ وَوَقْتُهُ قَدْ فَكَّوْهُ هَيَّجًا مَرِيئًا﴾»<sup>(٨)</sup>، وإذا اجتمعت البركة والشفاء والهناء شفيت إن شاء الله»<sup>(٩)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٦٤، عن الفردوس.

(٢) نهج البلاغة، الحكمة ٤٠٠.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٧٢، عن دعائم الإسلام.

(٤) رمز الصحة: ص ٢٢٩.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٦) سورة ق، الآية: ٩.

(٧) سورة النحل، الآية: ٧١.

(٨) سورة النساء، الآية: ٤.

(٩) المجمع عن العياشي.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «العسل شفاء من كل داء ولا داء فيه، يقل البلغم ويجلو القلب»<sup>(١)</sup>.

• عن زين العابدين عليه السلام : «بلّوا جوف المحموم بالسويق والعسل ثلاث مرات، ويحوّل من إناء إلى إناء ويسقى المحموم، فإنه يذهب بالحمى الحارة. وإنما عمل بالوحي»<sup>(٢)</sup>.

• قال الباقر عليه السلام لأحد أصحابه: «خذ من طين قبر الحسين عليه السلام واعجنه بماء السماء، واجعل فيه شيئاً من عسل وزعفران، وفزقه على الشيعة ليداووا به مرضاهم»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «من بات وفي جوفه سمك، لم يتبعه بتمر أو عسل، لم يزل عرق الفالج يضرب عليه، حتى يصبح»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «عليكم بالشفاءين، من العسل والقرآن»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «من أراد الحفظ، فليأكل العسل»<sup>(٦)</sup>.

• قال الرضا عليه السلام في الرسالة الذهبية إلى المأمون: «واعلم يا أمير المؤمنين أن للعسل دلائل يعرف بها نفعه من ضرره، فذلك أن منه ما إذا أدركه الشم عطس، ومنه ما يسكر وله عند الذوق حرافة [أي لذعة] شديدة، فهذه الأنواع من العسل قاتلة»<sup>(٧)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام : «من تغير عليه ماء الظهر، ينفع له اللبن الحليب والعسل»<sup>(٨)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٦٦.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٩٢.

(٣) المحاسن للبرقي.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

(٧) الرسالة الذهبية، تحقيق محمد مهدي نجف: ص ٣٧.

(٨) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

\* عن الكاظم عليه السلام : «العسل شفاء من كل داء، إذا أخذته من شهبه». [أي أخذته من شحمه حديثاً] <sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «إن الله تعالى جعل البركة في العسل، وفيه شفاء من الأوجاع، وقد بارك عليه سبعون نبياً» <sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «وعليكم بالعسل وحبة السوداء» <sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «في العسل شفاء من كل داء، من لعق لعقة عسل على الريق، يقطع البلغم ويحسم الصفرة ويمنع المرة السوداء، ويصفي الدهن، ويوجد الحفظ، إذا كان مع اللبان الذكر» [وهو الصمغ الذي يخرج من شجرة الكندر] <sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «إن يكن في شيء شفاء، ففي شُرْطَة حَجَام أو شربة عسل» <sup>(٥)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «ثلاثة يزدن في الحفظ ويذهبن بالبلغم: قراءة القرآن، والعسل، واللبان» [الكندر] <sup>(٦)</sup>.

\* عن الهادي عليه السلام : «أكل العسل حكمة [أي سبب لها]» <sup>(٧)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٤.

(٢) صحيفة الرضا (ع): ص ٩٠.

(٣) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٤) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٣.

(٦) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٨.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٥.

## العصب

- قال النبي ﷺ : «عليكم بالزبيب، فإنه يكشف المرة، ويذهب بالبلغم، ويشد العصب...»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ : «عليكم بالزبيب، فإنه يطفىء المرة، ويأكل البلغم، ويشد العصب...»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «البصل يذهب بالنصب ويشد العصب...»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «العنب يشد العصب، ويذهب النصب، ويطيب النفس»<sup>(٤)</sup>.

## العطاس

- قال الرضا عليه السلام : «ما عطس عطس إلا قُضم له طعامه، أو تجشأ مرىء طعامه»<sup>(٥)</sup>.

## العظم

- عن الصادق عليه السلام : «السويق ينبت اللحم، ويشد العظم»<sup>(٦)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام يقول في الغبراء : «إن لحمه ينبت اللحم، وعظمه ينبت

(١) الخصال: ج ١، ص ٣٤٤.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٧٥.

(٣) الخصال للصدوق: ج ١، ص ١٥٨.

(٤) كشف الأخطار لشمس الدين بن محمد الحسيني - مخطوط.

(٥) فقه الرضا (ع): ص ٣٩١.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٩٢.

العظم، وجلده ينبت الجلد...»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن التين يذهب بالبخر، ويشدّ العظم...»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام قال لأحد أصحابه: «فعليك بالسلق، فإنه ينبت على شاطئ الفردوس، وفيه شفاء من الأدواء، وهو يغلظ العظم وينبت اللحم»<sup>(٣)</sup>.

## مخ العظم

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «شرار أمتي الذين يأكلون مخاخ العظام»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «أكل الباقلا [أي الفول] يمتخ الساقين [أي يكثر مخ الساق فيصير سبباً لقوتها] ويزيد في الدماغ، ويولد الدم الطري»<sup>(٥)</sup>.

## العفة

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «من قدر على امرأة أو جارية [أي بنت] حراماً، فتركها مخافة الله، حرّم الله عليه النار، وآمنه من الفرع الأكبر وأدخله الجنة»<sup>(٦)</sup>.

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «لا يقدر رجل على حرام ثم يدعه، ليس به إلا مخافة الله، إلا أبدله الله في عاجل الدنيا قبل الآخرة ما هو خير له من ذلك»<sup>(٧)</sup>.

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «سبعة يظلّهم الله في ظله يوم لا ظل إلا ظله: ... ورجل

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٣، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٩، عن المحاسن، وفي مكارم الأخلاق: ص ١٨١ شبيهه.

(٤) رمز الصحة: ص ٩.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٠، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١١، ص ١٩٩.

(٧) كثر العمال: حديث ٤٣١١٣.

- دعته امرأة ذات منصب وجمال، فقال إني أخاف الله رب العالمين»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «عفوا عن نساء الناس تعف نساؤكم»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «زكاة الجمال العفاف»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام : «ما عبد الله بشيء أفضل من عفة بطن وفرج»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «الصبر عن الشهوة عفة...»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «العفة تضعف الشهوة»<sup>(٦)</sup>.

## العقل

- \* راجع (الدماغ)
- \* قال النبي صلى الله عليه وآله وسلم : «عليكم بالكرفس، فإنه إن كان شيء يزيد في العقل فهو هو»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «النوم راحة الجسد، والنطق راحة الروح، والسكوت راحة العقل»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «الدُّبَاءُ يزيد في العقل والدماغ، وهو جيد لوجع القولنج»<sup>(٩)</sup>.

(١) الخصال للصدوق: ج ٢، ص ٣٣٣.

(٢) البحار: ج ٧٣، ص ١٩.

(٣) غرر الحكم.

(٤) الكافي للكليني: ج ٢، ص ٧٩.

(٥) غرر الحكم.

(٦) غرر الحكم.

(٧) رمز الصحة للدهرشي: ص ١٨.

(٨) مجالس الصدوق

(٩) كشف الأخطار لشمس الدين بن محمد الحسيني - مخطوط.

- \* عن الصادق عليه السلام: «الخل يشد العقل»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «عليكم بالسفرجل فكلوه، فإنه يزيد في العقل والمروة»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «اللحم ينبت اللحم ويزيد في العقل، ومن تركه أياماً فسد عقله»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «بني الجسد على أربعة أشياء: على الروح والعقل، والدم والنفس. فإذا خرج الروح تبعه العقل، وإذا رأى الروح شيئاً حفظه عليه العقل، وبقي الدم والنفس»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام: «وما بأسٌ بالماء، وهو يدير الطعام في المعدة، ويسكن الغضب، ويزيد في اللب، ويطفي المرار»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الإمام الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبة: «ومن أراد أن يزيد في عقله يتناول كل يوم ثلاث هليلجات بسكر أبلوج»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام: «إن الخل يشد الذهن ويزيد في العقل»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام قال عن السلق: «يشد العقل ويصفي الدم»<sup>(٨)</sup>.
- \* يقول الدكتور محمود البستاني:
- ففي البعد العقلي نجد التوصيات مشيرة إلى تناول كل من:
- ١ - الخل: بصفته يشد العقل.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٥.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣١، عن المحاسن.

(٣) طب الأئمة: ص ١٣٩.

(٤) الخصال: ج ١، ص ٢٢٩.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٩، عن الفروع والمحاسن.

(٦) البعار: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٢٣.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٩.

- ٢ - السفرجل : بصفته يزيد في العقل .
- ٣ - السلق : بصفته يشد العقل .
- ٤ - السداب : بصفته يزيد في العقل .
- ٥ - الرمان : بصفته يزيد في الذهن .
- ٦ - القرع : بصفته يزيد في الدماغ والعقل .
- ٧ - الباقلاء (القول) : بصفته يزيد في الدماغ .
- ٨ - العسل : بصفته يزيد في الحفظ<sup>(١)</sup> .

## (التختم بالعقيق)

\* قال النبي ﷺ : «تختموا بخواتيم العقيق، فإنه لا يصيب أحدكم غم ما دام ذلك عليه»<sup>(٢)</sup> .

\* عن علي عليه السلام قال : «حدثني النبي ﷺ قال : أتاني جبريل آنفاً فقال : تختموا بالعقيق، فإنه أول حجر شهد الله بالوحدانية، ولي بالنبوة، ولعلي بالوصية، ولولده بالإمامة، ولشييعته بالجنة»<sup>(٣)</sup> .

\* عن سلمان الفارسي عن النبي ﷺ أنه قال لعلي عليه السلام :

«تختّم باليمين تكن من المقربين . قال : يا رسول الله وما المقربون؟ قال : جبرائيل وميكائيل . قال : فبم أتختم يا رسول الله؟ قال : بالعقيق الأحمر، فإنه جبل أقرّ الله بالوحدانية، ولي بالنبوة، ولك بالوصية، ولولدك بالإمامة، ولمحببك بالجنة، ولشييعتك ولولدك بالفردوس»<sup>(٤)</sup> .

(١) دراسات في علم النفس الإسلامي : ج ٢، ص ٢٤٠، ط ٢ .

(٢) مكارم الأخلاق : ص ٨٧ .

(٣) الحقائق الوردية : ص ٧ .

(٤) فضائل أمير المؤمنين للخوارزمي .



• عن الصادق عليه السلام عن آبائه عليه السلام ، قال : «شكا رجل إلى رسول الله صلى الله عليه وآله أنه قطع عليه الطريق، فقال له : هلا تختمت بالعقيق؟ فإنه يحرس من كل سوء»<sup>(١)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «تختموا بالجزع اليماني» الجزع هو الخرزة أو الفص «فإنه يرذ كيد مردة الشياطين»<sup>(٢)</sup>.

• روي أنه كان لأمير المؤمنين عليه السلام أربع خواتيم : خاتم فصه ياقوت أحمر يتختم به لنُبله «أي لنجابهته وفضله»، وخاتم فصه عقيق أحمر يتختم به لحرزه «أي ليدفع عنه السوء»، وخاتم فصه فيروز يتختم به لظفره «أي ليتصر على الأعداء»، وخاتم فصه حديد صيني يتختم به لقوته . ونهى شيعته أن يتختموا بالحديد<sup>(٣)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «من تختم بالعقيق ختم الله له بالأمن والإيمان»<sup>(٤)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «تختموا بالعقيق يبارك عليكم، وتكونوا في أمن من البلاء»<sup>(٥)</sup>.

• عن الباقر عليه السلام : «من تختم بالعقيق، لم يزل ينظر إلى الحسنى ما دام في يده، ولم يزل عليه من الله واقية»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «تختموا بالعقيق... والمتختم به إذا صلى صلاته علا على المتختم بغيره من ألوان الجواهر أربعين درجة»<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «من اتخذ خاتماً من فضة فصه عقيق، لم يفتقر ولم

(١) مكارم الأخلاق : ص ٨٨.

(٢) مكارم الأخلاق : ص ٨٩.

(٣) مكارم الأخلاق : ص ٨٧.

(٤) مكارم الأخلاق : ص ٨٧.

(٥) مكارم الأخلاق : ص ٨٨.

(٦) مكارم الأخلاق : ص ٨٨.

(٧) مكارم الأخلاق : ص ٨٧.

يُقَضَّ له إلا بالتّي هي أحسن»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «ما رُفِعَتْ كف إلى الله تعالى أحب إليه من كف فيها عقيق»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «العقيق حرز في السفر»<sup>(٣)</sup>.

\* مرّ بالصادق عليه السلام رجل من آل أبي طالب أخذه الوالي، فقال: «أتبعوه بخاتم عقيق، فأتبعوه بخاتم عقيق فلم ير مكروهاً»<sup>(٤)</sup>.

\* وروي: ركعتان بالعقيق أفضل من ألف ركعة بغيره»<sup>(٥)</sup>.

## العقيقة

العقيقة: يستحب في اليوم السابع من ولادة المولود أن يذبح عنه كبش ويوزع على الفقراء، ويسمى ذلك بالعقيقة. كما يستحب حلق رأس المولود والتصدق بوزنه فضة، تأسيساً بما فعل النبي ﷺ عند ولادة سبطه الحسن وسبطه الحسين عليهما السلام.

فقد روي أن رسول الله ﷺ لما ولد الحسن عليه السلام عّق عنه بكبش وحلق رأسه وأمر أن يتصدق بوزنه فضة. وقد فعل مثل ذلك عندما ولد الحسين عليه السلام<sup>(٦)</sup>.

وفي رواية أخرى علّل النبي ﷺ سبب حلق رأس المولود في اليوم

(١) مكارم الأخلاق: ص ٨٨.

(٢) منهاج البراعة تحقيق كوهكمري: ج ٣، ص ٤٥١.

(٣) المصدر السابق.

(٤) المصدر السابق.

(٥) المصدر السابق.

(٦) البحار: ج ٤٤، ص ١٣٦.

السابع، أن هذا الشعر هو شعر نجس، لأنه نبت في الرحم بين الأخلاط، فإذا حلق نبت مكانه شعر جديد طاهر. ونحن نعلم من الطب أن قص الشعر يفيد الشعر ويقويه، وخصوصاً شعر الوليد.

## الروايات:

\* عن الإمام علي عليه السلام: «عُقُوا عن أولادكم في اليوم السابع، وتصدقوا إذا حلقتهم رؤوسهم بوزن شعورهم فضة، فإنه واجب على كل مسلم، وكذلك فعل رسول الله ﷺ بالحسن والحسين»<sup>(١)</sup>.

## العنب

\* عن الصادق عليه السلام: «لما حسر الماء عن عظام الموتى ورأى ذلك نوح عليه السلام، جزع جزعاً شديداً واغتم لذلك، فأوحى الله إلى نوح عليه السلام أن كل العنب الأسود ليذهب غمك»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «خير طعامكم الخبز، وخير فاكهتكم العنب»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «ربيع أمتي العنب والبطيخ»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «كلوا العنب حبة حبة، فإنه أهنا وأمرأ»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «العنب إدام وفاكهة وطعام وحلواء»<sup>(٦)</sup>.

(١) تحف العقول: ص ٧٧.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٨، عن المحاسن.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٧٤.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٤.

(٥) البحار: ج ٦٦، ص ١٤٧، وصحيفة الرضا: ص ٥٣.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٧٤.

• عن الصادق عليه السلام: «العنب يشد العصب، ويذهب النصب، ويطيب النفس»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «شكا نبي من الأنبياء إلى الله الغم (وهو نوح) فأمره بأكل العنب»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «خمس من فاكهة الجنة في الدنيا: الرمان الملاسي، والتفاح الشعشاني، والسفرجل، والعنب، والرطب المشان»<sup>(٣)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «ثلاثة لا تضر: العنب الرازقي، وقصب السكر، والتفاح اللبناني»<sup>(٤)</sup>.

## العنّاب

• عن أمير المؤمنين عليه السلام: «العنّاب يذهب الحمى»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «فضل العنّاب على الفاكهة، كفضلنا على سائر الناس»<sup>(٦)</sup>.

• عن ابن أبي الحصين، قال: كانت عيني قد ابيضت ولم أكن أبصر بها شيئاً، فرأيت أمير المؤمنين عليه السلام في المنام، فقلت: يا سيدي عيني قد أصابت إلى ما ترى، فقال: «خذ العنّاب فدقه فاكثحل به. فأخذت العنّاب فدقته بنواه وكحلته به، فأنجلت عن عيني الظلمة، ونظرت أنا إليها فإذا هي صحيحة»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) طب الصادق (ع): ص ٧٠ لمحمد الخليلي.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٧.

(٣) العمود والمحاسن، والخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٨٩.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٤، عن الخصال للصدوق: ص ٧٠.

(٥) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ١٩٩.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٧) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ١٩٩.

## العين

### \* راجع (البصر) و(الكحل)

\* قال النبي ﷺ : «لا وجع إلا وجع العين، ولا هم إلا هم الدين»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «الكماة من المن الذي أنزل الله تعالى على بني إسرائيل، وهي شفاء للعين»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «الكماة من نبت الجنة، ماؤه نافع من وجع العين»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام : «الكماة من المن، وماؤها شفاء للعين».

قال زيد بن علي عليه السلام : «صفة ذلك أن يأخذ كماً فيغسلها حتى ينقيها، ثم يعصرها بخرقه ويأخذ ماءها، فيرفعه على النار حتى ينعقد، ثم يلقي فيه قيراطاً من مسك، ثم يجعل ذلك في قارورة، ويكتحل منه من أوجاع العين كلها»<sup>(٤)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام قال : «اشتكت عين سلمان وأبي ذر (رض) فأتاهما النبي ﷺ عائداً لهما، فلما نظر إليهما قال لكل واحد منهما: لا تنم على الجانب الأيسر ما دمت شاكياً من عينك، ولا تقرب التمر حتى يعافيك الله عز وجل»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الباقر عليه السلام : «إن السمك لرديء لغشاوة العين»<sup>(٦)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٣، ص ٣٠١.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٢.

(٣) المحاسن: ص ٢٥٦.

(٤) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ١٥١.

(٥) طب الأئمة: ص ٨٥.

(٦) طب الأئمة: ص ٨٤.

\* عن الصادق عليه السلام جاءه رجل يشتكي عينه، فقال له: «أين أنت عن هذه الأجزاء الثلاثة: الصبر، والكافور، والمر؟! ففعل الرجل ذلك، فذهب عنه»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «السّمك يذيب شحمة العين»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «السواك يذهب بالدمعة، ويجلو البصر»<sup>(٣)</sup>.

\* شكّا إلى أبي عبد الله عليه السلام رجل بياضاً في عينيه فأمره أن يأخذ فلفلًا أبيض ودار فلفل<sup>(٤)</sup>، من كل واحد وزن درهمين، ونشادر صافي جيد وزن درهم، فيسحقها كلها، ثم ينخلها ويكتحل بها، في كل عين ثلاث مراد، وأن يصبر عليها ساعة، فإنه يقطع البياض، وينقي لحم العين، ويسكن الوجع بإذن الله تعالى، ثم يغسل عينيه بالماء البارد، ثم يتبعه بالاثمد اكتحالاً»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «ثلاثة يجلبن البصر: النظر إلى الخضرة، والنظر إلى الماء الجاري، والنظر إلى نوجه الحسن»<sup>(٦)</sup>.

\* عن سليم مولى علي بن يقطين، انه كان يلقي من عينيه أذى، فكتب إليه الإمام الكاظم عليه السلام ابتداءً من عنده: «ما يمنعك من كحل أبي جعفر عليه السلام: جزء كافور رياحي، وجزء صبر اسقرطري، يدقان جميعاً وينخلان بحريرة، يكتحل منه مثل ما يكتحل من الاثمد. الكحلة في الشهر تحدد كل داء في الرأس وتخرجه من البدن. قال: وكان يكتحل به، فما اشتكى عينه حتى مات»<sup>(٧)</sup>.

- قال ابن سينا: وأما الأشياء التي ينفع استعمالها للعين وتحفظ قوتها،

(١) الكافي: ج ٨، ص ٣٨٣.

(٢) طب الأئمة: ص ٨٤.

(٣) المحاسن: ص ٥٦٣.

(٤) دار فلفل: هو شجر الفلفل أول ما يثمر.

(٥) طب الصادق (ع): ص ٥٤.

(٦) الخصال للصدوق: ص ٤٤.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ١٥٠، عن الكافي: ج ٨، ص ٣٨٤.

فالأشياء المتخذة من الائمد والتوتيا المرباة بماء المرزنجوش وماء الرازيانج... (١)

## (إصابة العين)

\* في تفسير مجمع البيان للطبرسي في قوله تعالى في سورة يوسف: ﴿يَبْنِي لَا تَدْخُلُوا مِنْ بَابٍ وَاحِدٍ وَادْخُلُوا مِنْ أَبْوَابٍ مُتَفَرِّقَةٍ﴾ (٢) خاف يعقوب عليهم العين لأنهم كانوا ذوي جمال وهيبة وكمال.

\* قال النبي ﷺ: «إن العين حق، والعين تنزل الحالق» (أي تنزل الرجل من أعلى الجبل) (٣).

\* عن النبي ﷺ: «إن العين لتدخل الرجل القبر، والجمل القدر» (٤).

\* ورد في الخبر أن النبي ﷺ كان يعوذ الحسن والحسين ﷺ بأن يقول: «أعذكما بكلمات الله التامة، من كل شيطان وهامة، ومن كل عين لامة». وكانت سورتا المعوذتين تعويذاً للنبي ﷺ وللحسين من العين، وغير ذلك من الأمراض (٥).

\* عن النبي ﷺ: «من رأى شيئاً يعجبه فقال: الله، الله، ما شاء الله، لا قوة إلا بالله، لم يضره شيء» (٦).

\* عن الصادق عليه السلام: «لو كان شيء يسبق القدر، سبقت العين، ومن تصيبه العين يقرأ فاتحة الكتاب» (٧).

---

(١) القانون: الكتاب الثالث.

(٢) سورة يوسف، الآية: ٦٧.

(٣) طب الأئمة (ع) لعبد الله لشير: ص ٣١٩.

(٤) طب الأئمة (ع) لشير: ص ٣٢٠.

(٥) المصدر السابق.

(٦) المصدر السابق.

(٧) المصدر السابق.

• عن الصادق عليه السلام: «العين حق، ولا تأمنها على نفسك، ولا منك على غيرك، فإذا خفت شيئاً من ذلك فقل ثلاثاً: ما شاء الله لا قوة إلا بالله العلي العظيم»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام للعين: «أعيذ نفسي وذريتي وأهل بيتي، بكلمات الله التامة، من شر كل شيطان وهامة، ومن شر كل عين لامة»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «لو نبشت لكم القبور لرأيتم أكثر موتاكم بالعين، لأن العين حق، ألا إن رسول الله صلى الله عليه وآله قال: العين حق، فمن أعجبه من أخيه شيء فليذكر الله في ذلك، فإذا ذكر الله عز وجل لم يضره»<sup>(٣)</sup>.

---

(١) المصدر السابق.

(٢) المصدر السابق.

(٣) المصدر السابق.





## حرف الغين

### الغُبِرَاءُ

#### تعريفها:

نبات شجري من الفصيلة الوردية، فيه أنواع حراجية، ثمره يشبه العناب.

#### خواصها:

زهرتها إذا شمتها المرأة هاجت بها شهوة الوقاع، حتى ترمي الحيا والصيانة وراء ظهرها<sup>(١)</sup>.

#### فوائدها:

الغبيراء تدفع الصفراء المنصبة إلى الأحشاء، وتقطع كل سيلان، وتنفع من السعال الحار، وتحبس القيء، وتعقل البطن، وتنفع من كثرة البول.

#### الروايات:

\* عن الرضا عليه السلام قال: «دخل رسول الله ﷺ على علي بن أبي

(١) عجائب المخلوقات للقزويني، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٧١.

طالب عليه السلام وهو محموم، فأمره بأكل الغبراء»<sup>(١)</sup>.

• عن ابن بكير، قال: سمعت الإمام الصادق عليه السلام يقول في الغبراء: «إن لحمه ينبت اللحم، وعظمه ينبت العظم، وجلده ينبت الجلد. ومع ذلك فإنه يستغن الكليتين، ويدبغ المعدة، وهو أمان من البواسير والتقطير، ويقوي الساقين، ويقمع عرق الجذام بإذن الله»<sup>(٢)</sup>.

## الغسل

• عن الإمام علي عليه السلام: «غُسل الأعياد طهور لمن أراد طلب الحوائج بين يدي الله عز وجل، واتباع السنة»<sup>(٣)</sup>.

• غسل الثياب يذهب بالهم، وطهور للصلاة»<sup>(٤)</sup>.

## الغم (والهم)

• عن الصادق عليه السلام: «أوحى الله إلى نوح عليه السلام بعد أن رأى عظام الموتى بعد الطوفان: أن كل العنب الأسود ليذهب غمك»<sup>(٥)</sup>.

• عن المسيح عليه السلام: «من كثر همه سقم بدنه»<sup>(٦)</sup>.

قال النبي ﷺ: «عليكم بالزبيب، فإنه يكشف المرة... ويطيب النفس، ويذهب بالغم»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) صحيفة الرضا (ع): ص ٨٠.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٣) تحف العقول: ص ٧٢.

(٤) تحف العقول: ص ٧٣.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٨، من فروع الكافي.

(٦) البحار: ج ٧٢، ص ٢٦٠.

(٧) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٣٤٤.

- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «عليكم بالزيت، فإنه يكشف المرة ويذهب بالبغم ويشد العصب ويذهب الاعياء، ويحسن الخلق ويطيب النفس ويذهب بالغم»<sup>(١)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «من اشكى فواده وكثر غمه، فليأكل الدراج» (وهو طائر شبيه بالحجل وأكبر منه)<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «الهم يذيب الجسد»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «الحزن يهدم الجسد»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «الغم مرض النفس»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «من وجد هماً فلا يدري ما هو، فليغسل رأسه»<sup>(٦)</sup>.
- \* قال الصادق عليه السلام : «شكا نبي من الأنبياء إلى الله الغم، فأمره بأكل العنب»<sup>(٧)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «العنب يشد العصب، ويذهب النصب، ويطيب النفس»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «الفرجل يذهب بهم الحزين، كما تذهب اليد بقرق الجبين»<sup>(٩)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام : «إذا طبختم الطعام فأكثروا القرع، فإنه يسر القلب الحزين»<sup>(١٠)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام : «تختموا بخواتيم العقيق، فإنه لا يصيب أحدكم غم ما دام ذلك عليه»<sup>(١١)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٩٠.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٦١.

(٣) غرر الحكم.

(٤) غرر الحكم.

(٥) غرر الحكم.

(٦) البحار: ج ٧٦، ص ٣٢٣.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٧.

(٨) طب الصادق: ص ٧٠، وكشف الأخطار لشمس الدين بن محمد الحسيني، مخطوط.

(٩) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٠، عن فروع الكافي.

(١٠) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٤.

(١١) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٢.

## حرف الفاء

### الفاكهة

قال النبي ﷺ: «عليكم بالفواكه في إقبالها، فإنها مصحة للأبدان مطردة للأحزان، وألقوها في إدبارها فإنها داء الأبدان»<sup>(١)</sup>.

\* وروي: كل الفاكهة في إقبال دولتها، وأفضلهما الرمان والأترج، ومن الرياحين الورد والبنفسج، ومن البقول الهندباء والخس، وأفضل المياه ماء الأنهار العظام، أبردها وأصفها<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «كان رسول الله ﷺ إذا رأى الفاكهة الجديدة قبلها ووضعها على عينيه وفمه، ثم قال: اللهم كما أريتنا أولها في عافية، فأرنا آخرها في عافية»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إن لكل ثمرة سماً (لعله يقصد بالسّم الجرائم التي عليها) فإذا أتيتم بها فامسوها بالماء» (أو اغمسوها في الماء، يعني اغسلوها)<sup>(٤)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٢) المستدرک: ج ٣، ص ١٩٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٤٦، عن أمالي الصدوق.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٥، عن الفروع والمحسن.

• عن الصادق عليه السلام: «لما أهبط الله عز وجل آدم عليه السلام من الجنة، أهبط معه عشرين ومئة قضيب: منها أربعون ما يؤكل داخلها وخارجها، وأربعون منها ما يؤكل خارجها ويرمى بداخلها، وغيرة (أي كيس) فيها بذر كل شيء»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «أنه كان يكره تقشير الثمرة»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «خمس من فاكهة الجنة في الدنيا: الرمان الملاسي، والتفاح الشعشاني (الأصفهاني)، والسفرجل، والعني، والرطب المشان»<sup>(٣)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «إن الثمار إذا أدركت (أي نضجت) ففيها الشفاء، لقوله جل وعز ﴿كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَرَوِّجُوهُ﴾»<sup>(٤)</sup>.

## الفالج

### تعريفه:

داء معروف يحدث في أحد شقي البدن طولاً، فيبطل إحساسه وحركته، وربما كان في الشقين، ويحدث بغتة<sup>(٥)</sup>.

### الروايات:

• قال النبي صلى الله عليه وآله: «من أشراط الساعة أن يفشو الفالج وموتُ الفُجاءة»<sup>(٦)</sup>.

(١) الخصال: ج ٢، ص ٦٠١.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١١٥.

(٣) المحاسن، والخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٨٩.

(٤) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٧.

(٥) سفينة البحار للشيخ عباس القمي: ج ٢، ص ٣٨٤.

(٦) بحار الأنوار للمجلسي.

- \* عن الصادق عليه السلام: «أكل البطيخ على الريق يورث الفالج»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «من بات وفي جوفه سمك، لم يُتبعه بتمر أو عسل، لم يزل عرق الفالج يضرب عليه، حتى يصبح»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال عن السنا: «أما إنه أمان من البهق والبرص والجذام والجنون والفالج واللقوة»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام: «لا تقربوا النساء من أول الليل... إذ يتولد منه القولنج والفالج...»<sup>(٤)</sup>.

## الفجل

### فوائده:

إذا أكل الفجل بعد الثوم يقطع رائحة الثوم. والمداومة على أكله تنقي المعدة. وإن أكلته النساء زاد في لبنها، وإن أكله الرجال زاد في قوة فهمهم. بزره يهيج الباه أكلاً، وينفع من السموم. وورقه يحدّ البصر، ويزيد في اللبن<sup>(٥)</sup>.

### الروايات:

- \* قال موسى عليه السلام في التلمود: وقال المعلم: «الفجل يمضغ الطعام في المعدة، والخس يقلّبه، والخيار يمدد البطن»<sup>(٦)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٩.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٨.

(٤) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٣٢٧.

(٥) عجائب المخلوقات للقزويني، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٩٢.

(٦) التلمود البابلي ترجمة نبيل فياض: ص ٤٥.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «الفجل أصله يقطع البلغم ويهضم الطعام، وورقه يحدر البول»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «الفجل أصوله تقطع البلغم، ولبه يهضم، وورقه يحدر البول حدرًا»<sup>(٢)</sup>.

• وفي حديث : «ورقه يمرى» (أي يسهل الهضم)<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «كل الفجل، فإن فيه ثلاث خصال :

ورقه يطرد الرياح، ولبه يسهل البول (والهضم)، وأصوله تقطع البلغم»<sup>(٤)</sup>.

## الفم

• عن عبد الله بن الحسن عليه السلام قال : «كلوا الرمان ينقي أفواهكم»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «البصل يطيب الفم، ويشد الظهر، ويرق البشرة»<sup>(٦)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «أفواهكم طرق من طرق ربكم، فنظفوها بالسواك»<sup>(٧)</sup>.

## القول (باقلاء)

### عناصره الفعالة:

بحوي بروتينات ناقصة ومائيات فحمية، وأملاح معدنية مثل الكبريت

---

(١) مكارم الأخلاق : ص ١٨٢ .

(٢) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ١٦٣ ، عن فروع الكافي .

(٣) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ١٦٣ ، عن الفروع والمحاسن .

(٤) فروع الكافي : ج ٦ ، ص ٣٧١ ، والخصال : ج ١ ، ص ١٤٤ .

(٥) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ١٢١ .

(٦) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ١٦٨ ، عن الفروع والمحاسن .

(٧) صحيفة الرضا (ع) : ص ٥٤ .



والكلسيوم والفسفور والحديد، وفيتامينات مثل B1,A,K,E و PP وفيتامين C.

### فوائده:

دقيقه نافع بليغ لمن به ورم حار، كما في الثديين أو الانثيين. وكذا إذا ضمدت عانة الصبيان بدقيق الباقلاء ولمدة طويلة لا ينبت فيها الشعر. والفلو صالح للسعال، ويزيد في لحم البدن<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «كان طعام عيسى عليه السلام الباقلا حتى رُفِع، ولم يأكل عيسى عليه السلام شيئاً غيرته النار حتى رفع»<sup>(٢)</sup>.

\* قال النبي ﷺ: «من أكل فولة بقشرها، أخرج الله عز وجل منه من الداء مثلها»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «أكل الباقلا يمحخ الساقين، ويزيد في الدماغ، ويولد الدم الطري»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كلوا الباقلا (وهي الفول) بقشره، فإنه يديفغ المعدة»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الباقلا يُذهب الداء ولا داء فيه»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) مفردات النباتات الطبية، إعداد أحمد صالح دهميش: ص ٤٤٥.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٣.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٣.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٠، عن فروع الكافي والمحاسن.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠١، عن المحاسن للبرقي.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٨٣.

## حرف القاف

### القثاء (والخيار)

تعريفه:

في (المغرب): الخيار مرادف للقثاء، وهو الذي صرح به الجوهري. ويظهر من بعض الأطباء أن القثاء هو الطويل المموج.

منافع الخيار:

ثمرته تنفع من الحميات المحرقة، ويدزّ البول، ويعطش في الحال لاستحالته إلى الصفراء.

منافع القثاء:

أما القثاء، فإن ثمرته تسكن العطش، وتقوي اللثة، وتنفس حرارة المغمى عليه<sup>(١)</sup>.

---

(١) عجائب المخلوقات للقزويني، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٩٣.

وفيهما قال الشاعر :

انظر إليها أنابياً منضدة      من الزمرد خضراً ما لها ورق  
إذا قلبت اسمها بانث ملاحظتها      وصار في عكسها : إني بكم أثق

## الروايات:

\* قال موسى عليه السلام في التلمود: وقال المعلم: «الفجل يمضغ الطعام في المعدة، والخس يقلّبه، والخيار يمدد البطن».

ثم يقول: «لكن ألم يعلم تلاميذه إسماعيل أن الخيار ضار بالمعدة كالسيف؟ ليس في هذا أية مشكلة، لأن أحدهما يتحدث عن الخيار الكبير (المفيد) والآخر عن الصغير (الضار)»<sup>(١)</sup>.

\* كان النبي ﷺ يأكل القثاء بالملح، ويأكل البطيخ بالجبن...<sup>(٢)</sup>.

\* قالت عائشة: سمّوني بكل شيء فلم أسمن، فسمّوني بالقثاء والرطب، فسمنتُ<sup>(٣)</sup>.

\* من حديث عبد الله بن جعفر قال: رأيت رسول الله ﷺ يأكل الرطب بالقثاء<sup>(٤)</sup>.

\* روى العامة عن عبد الله بن جعفر أنه قال: رأيت في يمين النبي ﷺ قثاء وفي شماله رطباً، وهو يأكل من ذا مرة، ومن ذا مرة<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إذا أكلتم القثاء، فكلوه من أسفله، فإنه أعظم لبركته»<sup>(٦)</sup>.

(١) التلمود البابلي، ترجمة نبيل فياض: ص ٤٥.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

(٣) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٨١.

(٤) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٨٠.

(٥) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٢٣٦.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٦، عن الفروع والمحاسن.

## (الاستشفاء) بالقرآن

• قال النبي ﷺ: «خمس يذهبن بالنسيان ويزدن في الحفظ، ويذهبن بالبلغم: السواك، والصيام، وقراءة القرآن، والعسل، واللِّبان» (أي الكُنْدَر) <sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «من لم يستشف بالقرآن، فلا شفاء الله» <sup>(٢)</sup>.

• عن علي بن أبي طالب عليه السلام قال: «اعتل الحسن عليه السلام فاشتد وجعه، فاحتملته فاطمة عليها السلام، فأتت به النبي ﷺ مستغيثة مستجيبة وقالت له: يا رسول الله أدع الله لابنك أن يشفيه، ووضعته بين يديه. فقام ﷺ حتى جلس عند رأسه، ثم قال: يا فاطمة يا بُنية إن الله هو الذي وهب لك وهو قادر أن يشفيه. فهبط عليه جبرئيل عليه السلام فقال: يا محمد، إن الله عز وجل لم ينزل عليك سورة من القرآن إلا وفيها (حرف) فاء، وكل فاء من آفة، ما خلا «سورة» الحمد، فإنه ليس فيها فاء، فادع قداماً من ماء فاقرأ فيه الحمد أربعين مرة، ثم صبه عليه، فإن الله يشفيه. ففعل ذلك فكانما أنشط من عقال» <sup>(٣)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «في القرآن شفاء من كل داء» <sup>(٤)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «من استكفى بآية من القرآن من المشرق إلى المغرب كفي، إذا كان بيقين» <sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «ثلاثة يزدن في الحفظ ويذهبن بالبلغم: قراءة القرآن، والعسل، واللِّبان» (الكنْدَر) <sup>(٦)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٦٤، عن الفردوس.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٣٦٣.

(٣) رمز الصحة للدمرغي: ص ٣٣.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٣٦٣.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ٣٦٣.

(٦) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٨.

## القرع (الدُّبَاء واليقطين)

### تعريفه:

القرع والدبا واليقطين شيء واحد .

### فوائده:

يذكر أن النبي ﷺ كان يحب أكل اليقطين والقرع والكوسا لبرودتها في الجوف . واليقطين مرطب للدماغ، ومفتّح للسدد، ومدّر للبول، وملين للمعدة، ومفيد لليرقان والحميات الحارة . ويستعمل كثيراً لذوي الأرق الشديد . وأما الذين انحطت قواهم وعقولهم من الكبر فعليهم أن يكثروا منه، فإن فيه مزايا خاصة لتجديد الأنسجة والقوى .

والقرع طارد لديدان البطن والدودة الوحيدة، ولعلاج تضخم والتهاب البروستات، ومضاد للصديد البولي .

### الروايات:

- \* النبي ﷺ قال لعلي عليه السلام : «كل اليقطين، فإنه من أكلها حسن خلقه، ونضر وجهه، وهي طعامي وطعام الأنبياء قبلي»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «إذا اتخذ أحدكم مرقاً، فليكثر فيه الدُّبَاء، فإنه يزيد في الدماغ والعقل»<sup>(٢)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٦، ص ٢٢٩ .

(٢) رمز الصحة: ص ١٥ .

• عن النبي ﷺ : «من أكل الدُّبَاءَ بالعدس، رق قلبه عند ذكر الله، وزاد في جماعه»<sup>(١)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «شجرة اليقطين هي الدباء، وهي القرع»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام قال أمير المؤمنين عليه السلام : «كلوا الدباء، ونحن أهل البيت نجبه»<sup>(٣)</sup>.

• عن ذريح قال: قلت للإمام الصادق عليه السلام : الحديث المروي عن أمير المؤمنين عليه السلام في الدباء، أنه قال: «كلوا الدباء، فإنه يزيد في الدماغ؟ فقال الصادق عليه السلام : نعم، وأنا أقول: إنه جيد لوجع القولنج»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «إذا طبختم الطعام فأكثرُوا القرع، فإنه يُسرّ القلب الحزين»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «عليكم بالقرع فإنه يزيد في الدماغ» (أي يقوي التفكير)<sup>(٦)</sup>.

## القرنفل

### تعريفه:

هو برعم القرنفل المطر قبل التسم (أي التفتح)، ويؤتى به من جزائر الهند الشرقية. هيئته كهشة مسمار، وهو كأس ذات أربع أسنان، مركّز عليها تويج غير فاتح، ولونه أسمر محمر، وطعمه حار. وإذا ضغط عليه بالظفر

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧٧.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٢، عن المحاسن للبرقي.

(٣) طب الأئمة: ص ١٣٨.

(٤) طب الأئمة: ص ١٣٨.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٤.

(٦) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٦.

يخرج منه زيت لونه أصفر فاتح في البدء ثم يسمر . وزنه النوعي ١,٠٥٥ .  
ويحتوي القرنفل على راتنج وتنن (عفص).

### فوائده:

القرنفل منبه وعطر ومضاد للريح، يستعمل لتسكين القيء في الحوامل، ولمقاومة الريح في القناة الهضمية. والزيت يضاف إلى المسهلات. ويوضع في تجاويف الأسنان المنخورة لتسكين ألمها.

قال ابن سينا: ثمرة القرنفل تطيب النكهة وتحذّ البصر وتنفع من الفشاوة. وقال غيره: ينفع من الغثبان، ورائحته تقوي الدماغ البارد الذي غلبت عليه السوداء، وتقوي القلب وتفرّحه<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

\* من الأدوية والعقاقير التي تورث الحفظ ما رواه ابن مسعود عن النبي ﷺ لحفظ القرآن، ويقطع البلغم والبول، ويقوي الظهر: يؤخذ عشرة دراهم قرنفل، وكذلك من الحرمل، ومن الكندر الأبيض، ومن السكر الأبيض، ويسحق الجميع ويخلط . . . ويؤكل منه غدة زنة درهم، وكذا عند النوم<sup>(٢)</sup>.

\* ومن أدوية الحفظ، عن أبي بصير قال: قلت للصادق عليه السلام: كيف نقدر على هذا العلم الذي فزعتمو لنا؟ قال: «خذ وزن عشرة دراهم قرنفل، ومثلها كندر ذكر، دقها ناعماً ثم استفّ على الريق كل يوم قليلاً» (الدرهم = ٤,٣ غ)<sup>(٣)</sup>.

(١) عجائب المخلوقات للفروني، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٧٢.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧١، عن الجنة للكفمي.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٧٢.

## القُسْطُ (العود الهندي)

فوائده:

القسط بالضم: عود هندي وعربي، مدّر نافع للكبد جداً وللمفص  
والدود وحمى الربيع شرباً، والزكام والنزلات والوباء بخوراً، والبهق والكلف  
طلاء.

والقُسْطُ ضربان: أحدهما الأبيض الذي يقال له البحري. والآخر  
الهندي، وهو أشدهما حرّاً، والأبيض أليّهما. ومنافعهما كثيرة جداً، وهما  
حاران يابسان في الثانية، ينشفان البلغم، قاطعان للزكام. وإذا شربا نفعاً من  
ضعف الكبد والمعدة ومن بردهما، ومن حمى الدور والربيع، وقطعا وجع  
الجنب، ونفعاً من السموم. وإذا طلي به الوجه معجوناً بالماء والعسل، قلع  
الكلف.

### الروايات:

- \* قال النبي ﷺ: «خير ما تداويتم به: الحجامة والقسط البحري»<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «عليكم بهذا العود الهندي، فإن فيه سبعة أشفية، منها ذات  
الجنب»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «خير ما تداويتم به: الحجامة والشونيز (الحبة السوداء)  
والقُسْطُ»<sup>(٣)</sup>.

(١) رمز الصحة للدهرخي: ص ١٩، عن الطب النبوي.

(٢) رمز الصحة للدهرخي: ص ١٩.

(٣) رمز الصحة للدهرخي: ص ١٩.



## القلب

- قال النبي ﷺ: «من أراد أن يرق قلبه، فليدمن أكل البَلَس» (وهو التين)<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «ثلاث يقسین القلب: استماع اللہو، وطلب الصيد، وإتيان باب السلطان»<sup>(٢)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «أربع يمتن القلب: الذنب على الذنب، وكثرة مناقشة النساء (يعني محادثتهن)، ومماراة الأحق، تقول ويقول ولا يرجع إلى خير، ومجالسة الموتى. فقليل: يا رسول الله! وما الموتى؟ قال: كل غني مترف»<sup>(٣)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «نعم الشراب العسل، يرعى القلب، ويذهب بَرَد الصدر»<sup>(٤)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «في الإنسان مضغة إذا سلمت وصحت سلم بها سائر الجسد، فإذا سقمَت سقم بها سائر الجسد وفسد، وهي القلب.
- وقال ﷺ: إذا طاب قلب المرء طاب جسده، وإذا خبث القلب خبث الجسد»<sup>(٥)</sup>.
- عن أمير المؤمنين عليه السلام: «كثرة الطعام تميّت القلب، كما تميّت كثرة الماء الزرع»<sup>(٦)</sup>.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧٣.

(٢) البحار: ج ٧٥، ص ٣٧٠.

(٣) البحار: ج ٧٣، ص ٣٤٩.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٦٥.

(٥) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٣١.

(٦) الحكمة: ٧٢٣ حديث.

- عن أمير المؤمنين عليه السلام : «أكل السفرجل قوة للقلب الضعيف، ويطيب المعدة، ويذكي الفؤاد، ويشجع الجبان، ويحسن الولد»<sup>(١)</sup>.
- عن أمير المؤمنين عليه السلام : «العسل شفاء من كل داء، ولا داء فيه، يقل البلغم ويجلو القلب»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «أكل السفرجل قوة للقلب، وذكاء للفؤاد، ويشجع الجبان»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «لو علم الناس ما في التفاح، ما داؤوا مرضاهم إلا به، ألا إنه أسرع شيء منفعة للفؤاد خاصة، فإنه يفرّجه»<sup>(٤)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «موضع العقل الدماغ، والقسوة والرقة في القلب»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «إن قوة المؤمن في قلبه، ألا ترون أنكم تجدونه ضعيف البدن نحيف الجسم، وهو يقوم الليل ويصوم النهار»<sup>(٦)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «والسعر والملح، يطردان الرياح عن الفؤاد...»<sup>(٧)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «الخل ينير القلب (وفي رواية) يحيي القلب»<sup>(٨)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «الكرفس يورث الحفظ، ويذكي القلب، وينفي الجنون والجذام والبرص»<sup>(٩)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٩.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٦٦.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣١.

(٤) الكافي للكليني، ووسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٧ أوله، وطب الأئمة (ع): ص ١٣٥ شبيهه.

(٥) البحار: ج ٧٨، ص ٢٥٤.

(٦) من لا يحضره الفقيه للصديق: ج ٣، ص ٣٦٥.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٨) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

(٩) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٤.

• عن الصادق عليه السلام : «الكمثرى يجلو القلب، ويسكن أوجاع الجوف بإذن الله تعالى»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «قال لرجل شكاً إليه وجعاً يجده في قلبه وغطاء عليه، فقال: كل الكمثرى»<sup>(٢)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «عليكم بالعدس، فإنه مبارك ومقدس، وإنه يُرَقِّق القلب، ويكثر الدمعة...»<sup>(٣)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «إذا طبختم الطعام فأكثرُوا القِرْع، فإنه يُسِّر القلب الحزين»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «كلوا الرمان، فليست فيه حبة تقع في المعدة، إلا أنارت القلب، وأخرست الشيطان أربعين يوماً»<sup>(٥)</sup>.

## القمح

### • راجع (الخبز) و(الهريسة)

القمح أو الحنطة غذاء كامل، يحتوي على النشويات والبروتينات والأملاح. وأما قشرته (النخالة) فغنية بالفيتامينات، وفيها جلاء وتلين وتنقية كثيرة. وإذا عزلت منه المواد النشوية حصلنا على النشاء. والحنطة تنقي الوجه.

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٧٥.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ١٣٥.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٥.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٤.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٣.

وتصنع من المعجين حمصات تبلع كل يوم على الريق لتنقية الدم . وإذا دق القمح وطبخ مع اللحم نحصل على الهريسة ، وهي مغذية .

### أوراق القمح اليخضورية:

ذكر لي صديق في لبنان أنه قرأ في الطب الصيني أن لأوراق القمح فائدة كبيرة في تنشيط الجسم . فإذا زرعنا عدة حبات من القمح في أصيص فإنها تنبت وتعطي أوراقاً خضرة غضة تكون غنية بمادة اليخضور (كلوروفيل) التي يمكن أكلها فتعطي الجسم نشاطاً وحيوية .

وقد ذكر لي صديقي أنه يقطف هذه الأوراق الخضراء ويضعها في صفحات دفتر ، وكل يوم يأكل عدة أوراق ، كل ساعة ورقة منها ، فشعر بنشاط وفير في جسمه وإقبال كبير على عمله ، وقد تخطى الخمسين من عمره .

### اليخضور (كلوروفيل):

وهي المادة الخضراء في النباتات ، وقد ثبت أنها مطهر فعال للجروح الملوثة . كما ثبت أنها في العشبة الجافة مجددة لشباب الجسم كله ، كما أنها تشفي فقر الدم وضعف القلب ، وتقلل من زيادة ضغط الدم في تصلب الشرايين ، وتهدئ الأعصاب (النرفزة) ، وتنظم الهضم ، وعملية تمثيل الغذاء<sup>(١)</sup> .

---

(١) التداوي بالأعشاب للدكتور أمين رويحة : ص ٢٣٧ .

## القولنج

### تعريفه:

القولنج: مرض معوي مؤلم يصعب معه خروج البراز والريح، وسببه التهاب الكولون، وهو المعى الغليظ. وأسباب التهاب الكولون نوعان: مادي كتناول المنبهات والتوابل، ونفسي منشؤه اضطراب الحالة النفسية للشخص، مما يدعو إلى التهاب الكولون وتقلصه وما يرافق ذلك من آلام وفقدان الشهية. وينفع له أكل خبز النخالة بعد الحماية عن التوابل والمنبهات.

### الروايات:

- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «عليكم بأكل التين، فإنه نافع للقولنج»<sup>(١)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «أكل التين يلين السُّدد، وهو نافع لرياح القولنج»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «من بات وفي جوفه سبع طاقات (أو ورقات) من الهندباء، أمِنَ من القولنج ليلته تلك»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام: «الجزر أمان من القولنج، ومفيد للبواسير، ومعين على الجماع»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) طب الأئمة (ع): ص ١٣٧.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ١٣٧.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٤٤.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٤.

• عن الصادق عليه السلام: «الدُّبَّا يزيد العقل والدماغ، وهو جيد لوجع القولنج»<sup>(١)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «لا تقربوا النساء من أول الليل، صيفاً أو شتاءً، وذلك لأن المعدة والعروق تكون ممتلئة، وهو غير محمود، إذ يتولد منه القولنج والفالج...»<sup>(٢)</sup>.

• ومما ينسب إلى ابن سينا قوله:

ابلع من الصابون وزن درهم تنج من القولنج غير محكم

## القيء

• عن الباقر عليه السلام: «من تقيأ قبل أن يتقيأ كان أفضل من سبعين دواء، ويخرج القيء على هذا السبيل كل داء وعلة»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «الدواء أربعة: الحجامة والطلاء والقيء والحقنة»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) كشف الأعطار لشمس الدين بن محمد الحسيني - مخطوط.

(٢) بحار الأنوار: ج ٦٢، ص ٣٢٧.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٦٧.

(٤) الفصول المهمة للحر العاملي، والخصال للصدوق: ص ١١٧.

## حرف الكاف

### الكبد

#### \* راجع (المرّة) الصفراء - حرف الصاد

- \* طول الجلوس على الحاجة (أي في المرحاض) يفجع الكبد<sup>(١)</sup>.
- \* خرجت فرحة على كبد حزّيل النبي ﷺ فأوحى الله إليه أن خذ لبن التين، فحكّه على صدرك من خارج. ففعل، فسكن عنه ذلك<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «مُضُوا الماء مصاً، ولا تعبوه عباً، فإنه يوجد منه الكُباد» (وهو مرض في الكبد)<sup>(٣)</sup>.
- \* عن عليّ عليه السلام، في تقسيمه للنفس إلى أربعة أنواع، قال:  
فالنامية النباتية لها خمس قوى: جاذبة وماسكة وهاضمة ودافعة ومرّية.  
ولها خاصيتان الزيادة والنقصان، وانبعاثها من الكبد<sup>(٤)</sup>.
- \* قال محسن الوشا: شكوت إلى أبي عبد الله عليه السلام وجع الكبد، فدعا بالفاسد ففصدني من قديمي<sup>(٥)</sup>.

(١) البحار: ج ٨٠، ص ١٨٤.

(٢) البحار: ج ١٣، ص ٣٨٣.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٨، عن الفروع والمحاسن.

(٤) مستدرک نهج البلاغة: ص ١٥٩.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ١٢٧.

## الكحل والاكتهال

### \* راجع (الإثم)

\* عن النبي ﷺ : «أنه نهى أن يكتحل إلا وترأ، وأمر بالكحل عند النوم، وأمر بالاكتهال بالاثمد، وقال: عليكم به، فإنه مذهبة للقدى (أي وسخ العين)، مصفاة للبصر»<sup>(١)</sup>.

\* أتى أعرابي إلى النبي ﷺ وكان رطب العينين، فقال له رسول الله ﷺ : «أرى عينيك رطبتين! قال: نعم يا رسول الله هما كما ترى ضعيفتان. قال: عليك بالاثمد فإنه سراج العين»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الحسين عليه السلام : «لو علم الناس ما في الهليلج الأصفر لاشتروها بوزنها ذهباً وقال لرجل من أصحابه: خذ هليلجة صفراء، وسبع حبات فلفل واسحقها وانخلها واكتحل بها»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «الكحل يزيد في المباضة والحناء يزيد فيها»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «الكحل ينبت الشعر، ويجفف الدمة، ويعذب الريق، ويجلو البصر»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «شكا بعض أصحابه فتاة له ضَعَفَ بصرها، فقال له: «اكحلها بالمرّ والصبر والكافور، أجزاء سواء»<sup>(٦)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ١٥١.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٤٦.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٨٦.

(٤) طب الأئمة: ص ١٣٠.

(٥) الخصال للصدوق: ج ١، ص ١٨.

(٦) طب الصادق (ع): ص ٥٤.



\* عن سُلَيْم مولى علي بن يقطين، أنه كان يلقى من عينيه أذى، قال: فكتب إليه أبو الحسن الكاظم عليه السلام ابتداء من عنده:

«ما يمنعك من كحل أبي جعفر عليه السلام: جزء كافور رياحي، وجزء صبر اسقوطري، يدقان جميعاً وينخلان بحريرة، يكتحل منه مثلما يكتحل من الإثمد. الكحلة في الشهر تحدر كل داء في الرأس وتخرجه من البدن». قال: وكان يكتحل به، فما اشتكى عينه حتى مات<sup>(١)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام عن النبي صلى الله عليه وآله: «آذهنوا غباً، واكتحلوا وترأ...»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «من أصابه ضعف في بصره، فيكتحل بسبعة مراود عند منامه بالإثمد»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «من اكتحل بميل من مسكر (أي ممزوج بخمر)، كحله الله بميل من نار»<sup>(٤)</sup>.

## الكراث

فوائده:

منه نوعان: شامي ونبطي. فالكبيرة منها الشبيهة بالبصل هي الشامي، والريقة الورق الشبيهة بالثوم هي النبطي. والمستخدم منه هو رؤوس أبصاله المتطاولة البيضاء.

قال ابن سينا: الكراث الشامي يذهب بالثآليل والبثرات، وأكله يفسد

(١) البحار: ج ٦٢، ص ١٥٠، عن الكافي: ج ٨، ص ٣٨٤.

(٢) فقه الرضا (ع): ص ٤٠٧.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤٦.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٩٠.

اللثة والأسنان، ويضر بالبصر، والنبطي ينفع البواسير، مسلوقاً مأكولاً وضامداً، ويحرك الباه، ويوضع على الجراحات الدامية يقطع دمها. وأصحاب الألحان يستعملونه لتصفية أصواتهم<sup>(١)</sup>.

## الروايات:

\* عن الصادق عليه السلام قال ذكرت البقول عند رسول الله ﷺ فقال: «كلوا الكراث، فإن مثله في البقول، كمثّل الخبز في سائر الطعام»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصحاف الكوفي بإسناده عن موسى بن جعفر عن الصادق عن الباقر عليه السلام قال: شكّا إليه رجل من أوليائه وجع الطحال، وقد عالجه بكل علاج وانه يزداد كل يوم شراً حتى أشرف على الهلكة. فقال عليه السلام: «اشتر بقطعة فضة كراثاً وأقله قليلاً جيداً بسمن عربي، وأطعم من به هذا الوجع ثلاثة أيام، فإنه إذا فعل ذلك برىء إن شاء الله تعالى»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لكل شيء سيد، وسيد البقول الكراث»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام سنل عن الكراث فقال: «كُله، فإن فيه أربع خصال: يطيب النكهة، ويطرد الرياح، ويقطع (أو: يجمع) البواسير، وهو أمان من الجذام لمن أدمن عليه»<sup>(٥)</sup>.

\* عن حنان بن سدير، قال: كنت مع الإمام الصادق عليه السلام على المائدة، فملت على الهندباء. فقال لي: «يا حنان لم لا تأكل الكراث؟ فقلت: لما جاء عنكم من الرواية في الهندباء. قال: وما الذي جاء عنا فيه؟ قلت: إنه يقطر عليه قطرة من الجنة في كل يوم. فقال لي: فعلى الكراث إذا سبغ قطرات.

(١) عجائب المخلوقات للقرظي، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٩٤.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥١، عن فروغ الكافي والمحسن للبرقي.

(٣) رمز الصحة للدهرخي: ص ٦٥، عن طب الأئمة (ع).

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥١.

(٥) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٥٠.

فقلت: فكيف آكله؟ قال عليه السلام: «اقطع أصوله، واقذف برؤوسه»<sup>(١)</sup>.  
 \* عن يونس بن يعقوب، قال: رأيت أبا الحسن الكاظم عليه السلام يقطع الكراث بأصوله، فيغسله بالماء ويأكله»<sup>(٢)</sup>.

## الكَرْفَسُ

### فوائده:

الكرفس يطيب النكهة، ويهيج شهوة الباه للرجال والنساء، ويوضع على العضو المرتعش فيسكن. وينفع من عسر البول، ويخرج المشيمة، ويملا الرحم رطوبة حريفة إذا أدمن أكله.

ويفيد الكرفس لمعالجة البول السكري، وفقر الدم والامساك. كما يؤكل لمعالجة الآلام الروماتزمية وداء النقرس، ولمداواة الانقباض النفسي، والضعف العصبي والجنسي.

### الروايات:

\* قال النبي صلى الله عليه وآله: «الكرفس بقلة الأنبياء»<sup>(٣)</sup>.  
 \* عن النبي صلى الله عليه وآله: «عليكم بالكرفس، فإنه طعام إلياس واليسع ويوشع بن نون»<sup>(٤)</sup>.  
 \* عن الصادق عليه السلام: «الكرفس يورث الحفظ ويذكي القلب وينفي الجنون

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥١، عن فروع الكافي.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٠، عن فروع الكافي.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٣.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٣.

## الكزبرة

### فوائدها:

للكزبرة فوائد كثيرة شرباً وضماً، لكن ذكر الأطباء أن إدمانها والاكثار منها يخلط الذهن، ويظلم العين، ويجفف المنى، ويسكن الباه، ويورث النسيان.

وهي نبات مفيد للمعدة لأنه ينه غشاءها، ويطرد الغازات منها، ويمنع العطش، ويوقى القلب والدورة الدموية، ويمنع الخفقان والدوار.

يقول داود الانطاكي: الكزبرة تحبس القيء وتمنع العطش والقروح والحكة والجرب أكلاً وطلاءً، وماؤها بالسكر يشهي ويمنع التخم ويقوي القلب ويمنع الخفقان، ومع الزعتر والسكر تزيل الديزنتريا، ومع الصندل واليانسون تقوي المعدة وتسقط الديدان<sup>(٢)</sup>.

### الروايات:

\* في وصايا النبي ﷺ لعلي عليه السلام: «يا علي، تسعة أشياء تورث النسيان: أكل التفاح الحامض، وأكل الكزبرة، والجبن، وسؤر الفأرة، وقراءة كتابه القبور، والمشى بين امرأتين، وطرح القملة حية، والحجامة في النقرة، والبول في الماء الراكد»<sup>(٣)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٤.

(٢) النباتات الطبية والعطرية في الوطن العربي، الخرطوم: ١٩٨٨، ص ٢٥١.

(٣) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٤٢٢.

## الكلية

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «أكل الجوز في شدة الحر يهيج الحر، ويهيج القروح في الجسد، وأكله في الشتاء يسخن الكليتين ويدفع البرد»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «النانخواه (الكمون الملوكي) والجوز، يحرقان البواسير، ويطردان الريح، ويحسنان اللون، ويخشنان المعدة، ويسخنان الكلى...»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام يقول في الغُبيرة: «إن لحمه ينبت اللحم وعظمه ينبت العظم وجلده ينبت الجلد، ومع ذلك فإنه يسخن الكليتين ويدبغ المعدة...»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام : «كان رسول الله ﷺ لا يأكل الكليتين - من غير أن يحزّهما - لقربها من البول»<sup>(٤)</sup>.

## الكمأة

### تعريفها:

نبات يتولد من تحت الأرض، لا بزر له ولا عرق، لكنه ينبطح كالجواهر في أعماق الأرض. وقد شبهها النبي ﷺ بالمن حيث قال: «إن

---

(١) وسائل الشيعة ج ١٧، ص ٩٤، عن الفروع والمحسن.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٤.

الكُمأة من المن» لأنها تنبت في الأرض بلا تعب، كما أن المن (وهو مادة سكرية) يقع من الهواء من غير تعب.

وفي القانون لابن سينا:

نوع من الفطر، تكثر في سنة المطر والرعد، وهي تتولد في الأرض بلا ورق ولا زهر. ويستدل على وجودها في الأرض بشققها وانتفاخها. وهي غنية بالمواد البروتينية التي تستمدّها من المواد الآزوتية المتولدة في الجو عند البرق، والتي تنزل مع المطر منحلة فيه. مثل حمض الآزوت، ونترات الأمونيوم.

فوائدها:

غذاء غليظ سوداوي لا بدانيه فيه شيء، وترياقه الشراب الصرف، ولكن يخاف منه الفالج والسكتة. وهو بطيء الهضم مثقل للمعدة، يورث القولنج وعسر البول.

إذا عصرت فإن ماءها يجلو العين، كما روي عن النبي ﷺ.

الروايات:

• قال النبي ﷺ: «الكُمأة من المن الذي أنزل الله تعالى على بني إسرائيل، وهي شفاء للعين»<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «الكُمأة من المن، والمن من الجنة، وماؤها شفاء للعين»<sup>(٢)</sup>.

(١) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١٣٢.

(٢) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١٥٩، من فروع الكافي.

• عن النبي ﷺ : «الكُمأة من (نبت) الجنة، وماؤها نافع من وجع العين»<sup>(١)</sup>.  
 • قال زيد بن علي بن الحسين عليه السلام عن دواء يفيد العين :

«صفة ذلك أن يأخذ كمأة فيغسلها حتى ينقيها، ثم يعصرها بخرقه ويأخذ ماءها، فيرفعه على النار حتى ينعقد، ثم يلقي فيه قيراطاً (٢، ٣ غ) من مسك، ثم يجعل ذلك في قارورة ويكتحل منه من أوجاع العين كلها. فإذا جف فاسحقه بماء السماء أو غيره، ثم اكتحل منه»<sup>(٢)</sup>.

## الكمّون و(نانخواه)

منافعه:

قال ابن سينا: إذا غسل الوجه بماء الكمون صفا، وإذا سحق بالخل واشتم قطع النزيف، وعصارته تجلو البصر.

ومن خواصه أن النمل تهرب من رائحته<sup>(٣)</sup>.

وإن وجوده في الطعام ينبه الأمعاء ويساعد على طرد الغازات، كما يستخدم كمسكن للمفص المعوي.

وقال داود الانطاكي: يعرف الكمون بطيب الرائحة، وهو يحلل الأرياح ويطرد البرد، ويحلل الأورام ويدفع بالسموم وسوء الهضم والتخم وعسر النفس والمفص الشديد، شرباً بالماء والخل. وإن مزج بالزعرور وتغرغر بطبيخه سكن وجع الأسنان والنزلات<sup>(٤)</sup>.

(١) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١٥٩، عن المحاسن للبرقي.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ١٥١، عن الدعائم.

(٣) عجائب المخلوقات للقرظيني، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٩٥.

(٤) النباتات الطبية والمطرية في الوطن العربي، الخرطوم: ١٩٨٨، ص ٢٥٢.

(والنانخواه): نبات ذو حبوب صفراء اللون طيبة الرائحة توضع أحياناً على الخبز، وهو الكمون الملوكي.

وكلمة (نان خواه) فارسية تعني: طالب الخبز.

وقيل إن الكمون ثلاثة أنواع: الأسود وهو الكرمانى، والأصفر وهو الفارسي ويدهى الكمون الملوكي، والأبيض ويدهى كمون العادة. وأجود الكل الكرمانى وهو برى، وأردؤه الأبيض البستاني. وتبقى قوته تسع سنين.

### الروايات:

\* قال النبي ﷺ: «الثفاء (وهو النانخواه أو الخردل أو حب الرشاد) دواء لكل داء، ولم يُدَاوِ الورم والضربان بمثله»<sup>(١)</sup>.

\* روي عن النبي ﷺ أنه دعا بالهاضوم «أي النانخواه، وهو الكمون الملوكي» والصعتر والحبة السوداء، فكان يَسْتَعِفُّ إذا أكل البياض وطعاماً له غائلة، وكان يجعله مع الملح الجريش، ويفتح به الطعام، ويقول: ما أبالي إذا تغاديت ما أكلت من شيء. وكان يقول: يقوي المعدة، ويقطع البلغم، وهو أمان من اللقوة»<sup>(٢)</sup>.

\* عن ابن كثير قال: انطلق بطني «إسهال»، فأمر لي الإمام الصادق عليه السلام أن آخذ السوق الجاؤرس «هو الدخن وله خاصة القبض» بماء الكمون. ففعلت فأمسك بطني وعوفيت»<sup>(٣)</sup>.

\* ومن كتاب فرج بن سلام:

في الحُرْفِ سَبْعُونَ دَوَاءً وَفِي الْكُمُونِ فِيمَا قِيلَ سِتُونَ  
قَدْ قَالَهُ مُزْمَرٌ فِي كِتَابِهِ فَلَا تَدْعُ حُرْفاً وَكُمُوناً

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٨٧.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠١، عن فروع الكافي.



توضيح: الحُرف: حب الرشاد.

## الكمثرى

\* انظر (الإجاص)

## الْكُنْذُر

\* انظر (اللُّبَان)

## الكي

\* عن الباقر عليه السلام: «طب العرب في ثلاثة: شرطة الحجامه، والحقنة، وآخر الدواء الكي»<sup>(١)</sup>.

\* عن محمد بن مسلم قال: سألت أبا جعفر الباقر عليه السلام هل يعالج بالكي؟ قال: «نعم، إن الله تعالى جعل في الدواء بركة وشفاء وخيراً كثيراً، وما على الرجل أن يتداوى، ولا بأس به»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «طب العرب في خمسة: شرطة الحجامه والحقنة والسعوط والقيء والحمام، وآخر الدواء الكي»<sup>(٣)</sup>.

\* وعن الصادق عليه السلام أنه رخص في الكي فيما لا يُتخوف فيه الهلاك ولا يكون فيه تشويه<sup>(٤)</sup>.

---

(١) طب الأئمة (ع): ص ٥٥.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ٥٤، والبحار: ج ٦٢، ص ٦٤.

(٣) طب الأئمة: ص ٥٥.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٧٤.

## حرف اللام

### اللُّبَان (البخور) والكُنْدُر

تعريفه:

في التذكرة لعمر الانطاكي:

الكندر هو اللبان، ويسمى البستج، وهو صمغ شجرة شائكة ورقها كالأس، يجنى في شهر تشرين الأول. ولا يكون إلا بالشحر (مكان بعمان) وجبال اليمن. والذكر من الكندر مستدير صلب ضارب إلى الحمرة، والأنثى أبيض هش. وتبقى قوية نحو عشرين سنة.

قال ابن سينا:

الكندر ويسمى هلك الروم، وهو نوع من العلك نافع لقطع البلغم جداً<sup>(١)</sup>. وفي لسان العرب: إن الكندر ضرب من العلك، ويكون في بلاد اليونان، وقد يكون أيضاً ببلاد الهند، ولونه إلى الباقوت، ومنه إلى لون الباذنجان. وهو صلب لا ينكسر سريعاً، وإذا كسر كان في داخله ما يلزق وإذا

---

(١) القانون: ص ١٤٥.

فرك فاحت منه رائحة المصطكي، وهذا أقل تسخيناً وتجفيفاً من الكندر. وقد يغش الكندر بصمغ الصنوبر والصمغ العربي. والمعرفة بغشه بيّنة، وذلك أن الصمغ العربي لا يلتهب بالنار، وصمغ الصنوبر يدخن، والكندر يلتهب. وقد يستدل أيضاً على المغشوش من الرائحة الخاصة للكندر.

واللبان شجرة ذات شوكة لا تنمو أكثر من ذراعين، وهي تنبت في الجبال بشحر عُمان، ورقها كورق الآس. صمغها هو (الكندر)، يشق مواضع منها بالفأس فيسيل منها الكندر. من أدام مضغه ذكا قلبه وأعانه على حفظ الأشياء التي نسيها<sup>(١)</sup>.

### تركيبه:

الكندر صمغ راتنجي له رائحة عطرية، وطعم فيه شيء من المرارة، ويتركب من ٦٠٪ راتنج، و ٣٠٪ صمغ، و ٨٪ زيوت طيارة<sup>(٢)</sup>.

وهناك نوعان من اللبان: نوع يعيش على ضفاف النيل الأزرق في أفريقيا، والآخر يعيش على الضفاف الجنوبية للمملكة العربية السعودية. ولكن الغالبية العظمى منه تأتي من أفريقيا.

للحصول على اللبان نعمل شقوقاً في جذوع شجرة الكندر، فتسيل عصارة بيضاء بلمعان جميل مع صفاء.

هذا ويمكن تجارياً تمييز نوعين من اللبان: بخور الهند، وبخور أفريقيا. والنوع الأفريقي أكثر غماقة من الهند. يأتي بخور الهند من كلكتا، وهو أصفر شاحب قليل الغماقة نقي، رائحته وطعمه قويان، وهما قريبان من

(١) النباتات الطبية والمطرية في الوطن العربي: الخرطوم: ١٩٨٨، ص ١٧٦.

(٢) عجائب المخلوقات للقزويني، بذيل حياة الحيوان، ج ٢، ١٧٥.

رائحة وطعم راتنج الصنوبر. وهذا النوع الهندي هو الأكثر وجوداً في التجارة.

### اللبان الذكر:

يطلق على أحد أنواع اللبان اسم «اللبان الذكر» عند العامة، وهو يسمى ذكراً تبعاً لطريقة التبلور، ففي هذا النوع تلتحم بلورات اللبان مع بعضها على شكل الذكر.

قال ابن سينا في (القانون): أجوده الذكر الأبيض المدحرج الدبقي الباطن.

وهو يذوب في الماء والكحول بشكل جزئي، وينصهر بصعوبة في الحرارة، يحترق بلهب أبيض ويعطي دخاناً غزيراً ورائحة لطيفة.

وهو صمغ راتنجي: يتألف من حمض البوزويليني، ومن ريزين البخور، وزيت عطري وصمغ.

وكان اللبان يستخدم منذ القديم، فقد وصفه أبو قراط في كتبه الطبية، واسمه آت من الأصل اليوناني.

ويستعمل اللبان كمعطر للدخان (بخور)، وفي الروماتيزم وكترياق، وفي بعض اللصقات، ويستعمل شعبياً ضد وجع الرأس<sup>(١)</sup>.

### فوائده:

في كتاب (التحفة الرضوية في مجربات الإمامية) ذكر السيد المبيدي في

(١) بحث مترجم عن قاموس طبي فرنسي.

كشكوله قال: وحاصل ما ورد في الطب والأخبار أن اللبن ينفع في ضعف الباه بالتمبرشت (أي مع البيض المسلوق جزئياً) مجرب. وإذا نفع منه مثقال في ماء، وشرب من ذلك الماء كل يوم على الريق، نفع من يشكي البلادة والبلغم والسيان، مجرب.. ثم أخذ في سرد فوائده الجمّة، وذكر منها أنه يزيد في الحفظ مطلقاً.

وفي البحار: قال ابن البيطار: اللبن هو الكُنْدَر، وهو يحرق الدم والبلغم، وينشف رطوبات الصدر، ويقوي المعدة الضعيفة، ويسخنها والكبد إذا بردتا. وإن أنفع منه مثقال في ماء وشرب كل يوم نفع من البلغم وزاد في الحفظ وجلا الذهن وذهب بكثرة السيان، غير أنه يحدث لشاربه إذا أكثر منه صداعاً، وهو يهضم الطعام ويطرد الريح.

وقال جالينوس: إذا اكتحل به العين التي فيها دم محتقن نفع من ذلك وحلله. ثم ذكر له خواص كثيرة<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

\* عن الإمام الحسن عليه السلام عن النبي ﷺ: «أطعموا حبالكم اللبن، فإن الصبي إذا غذي في بطن أمه باللبن، اشتد عقله»<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «أطعموا نساءكم الحوامل اللبن فإنه يزيد في عقل الصبي»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «أطعموا حبالكم اللبن، فإن الصبي إذا غذي في بطن أمه باللبن، اشتد قلبه وزيد في عقله»<sup>(٤)</sup>.

(١) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٢٣٥.

(٢) وسائل الشيعة: باب ٣٤، الحديث ١، أحكام الأولاد.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩٤، عن الفردوس.

(٤) الكافي: ج ٦، باب ما يستحب أن تطعم الحبل.

\* عن النبي ﷺ : «بخروا بيوتكم باللبان والصعتر»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «خمس يذهبن بالنسيان ويزدن في الحفظ، ويذهبن بالبلغم: السواك، والصيام، وقراءة القرآن، والعسل، واللبان» (أي الكندر)<sup>(٢)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «عليكم باللبان، فإنه يمسح الحرّ عن القلب كما يمسح الاصبع العرق عن الجبين، ويشد الظهر، ويزيد في العقل، ويذكّي الذهن، ويجلو البصر، ويذهب النسيان»<sup>(٣)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «قراءة القرآن والسواك واللبان، منقية للبلغم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «مضغ اللبان يشد الأضراس، وينفي البلغم، ويقطع ريح الفم»<sup>(٥)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «عليك باللبان، فإنه يشجع القلب، ويذهب بالنسيان»<sup>(٦)</sup>.

\* ويذكر عن ابن عباس (رضي) أن شرب اللبان مع السكر على الريق، جيد للبول والنسيان<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال : «كان رسول الله ﷺ يأكل العسل، ويقول: آيات من القرآن ومضغ اللبان، يذهب البلغم»<sup>(٨)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام : «ما من بخور يصعد إلى السماء إلا اللبان، وما من أهل

(١) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣٠١.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٦٤، عن الفردوس.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٤.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ٦٦.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٩٤.

(٦) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣٠١.

(٧) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣٠١.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٣، عن الفروع والمعاسن.

بيت يبخر فيه اللبان، إلا نفى عنهم عفاريت الجن»<sup>(١)</sup>.

\* سئل الصادق عليه السلام عن الحرمل واللبان، فقال: «أما الحرمل... وأما اللبان (أي الكُنْدُر) فهو مختار الأنبياء عليهم السلام من قبلي، وبه كانت تستعين مريم عليها السلام، وليس دخان يصعد إلى السماء أسرع منه، وهو مطردة الشياطين، ومدفعة للعاهة، فلا يفوتكم»<sup>(٢)</sup>.

\* قال الرضا عليه السلام عن العسل: «يوصفي الذهن ويجود الحفظ، إذا كان مع اللبان الذكر»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «ثلاثة يزدن في الحفظ ويذهبن بالبلغم: قراءة القرآن، والعسل، واللبان» (الكندر)<sup>(٤)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «استكثروا من اللبان، واستقوه وامضغوه، وأحب ذلك إليّ المضغ، فإنه ينزف بلغم المعدة وينظفها، ويشدّ العقل، ويمرّء الطعام»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «أطعموا حبالاكم اللبان، فإن غلاماً في بطنها يكن، خرج زكي القلب... شجاعاً. وإن تكن جارية، حسن خلقها وخلقتها»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الريان بن الصلت قال: سمعت الرضا عليه السلام يقول: «ما بعث الله عزّ وجل نبياً إلا بتحريم الخمر، وأن يقرّ له بأن الله يفعل ما يشاء، وأن يكون في تراثه الكندر»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٩٤.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٢١٢.

(٣) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٦٨.

(٥) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ١٩٤.

(٦) وسائل الشيعة: باب ٣٤، الحديث ٢، أحكام الأولاد.

(٧) البحار: ج ٤، ص ٩٧.

## اللبن (والحليب)

### توضيح:

كان العرب يسمون الحليب (اللبن)، أما اللبن فيسمونه (اللبن الرائب) لأنه يضاف إليه الروبة التي تحوله من حليب إلى لبن.

### الروايات:

#### \* انظر (الرضاعة)

قال النبي ﷺ : «ليس يجزي مكان الطعام والشراب غير اللبن»<sup>(١)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «لحم البقر داء، وسمنها شفاء، ولبنها دواء»<sup>(٢)</sup>.

\* رأى رسول الله ﷺ رجلاً سميناً، فقال: «ما تأكل؟ قال: ليس بأرضي حب، وإنما أكل اللحم واللبن. فقال ﷺ : جمعت بين اللحمين»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «عليكم باللبان البقر فإنها تخلط (ترعى) من كل شجرة»<sup>(٤)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : أنه ليس أحد يغص بشرب اللبن، لأن الله تبارك وتعالى يقول: ﴿بَنَّا خَالِصًا سَافِكًا لِلشَّارِبِينَ﴾<sup>(٥)</sup>،<sup>(٦)</sup>.

\* عن النبي ﷺ : «اسقوا نساءكم الحوامل الألبان (وفي رواية اللبن)، فإنها

---

(١) رمز الصحة: ص ١١.

(٢) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٢١٤.

(٣) البحار: ج ٦٦، ص ٧٥.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٧٦، شبيهه عن قرب الإسناد: ص ٥٢.

(٥) سورة النحل، الآية: ٦٦.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٤.



تزيد في عقل الصبي»<sup>(١)</sup>.

• كان النبي ﷺ لا يجمع بين لبن وسمك، ولا بين لبن وحامض (ربما المقصود باللبن هنا الحليب، فإنه يتفاعل مع الحامض)<sup>(٢)</sup>.

• عن النبي ﷺ قال: «شكا نوح ﷺ إلى ربه عز وجل ضعف بدنه، فأوحى الله تعالى إليه، أن اطبخ اللحم باللبن فكلها، فاني جعلت القوة والبركة فيهما»<sup>(٣)</sup>.

• عن أمير المؤمنين ﷺ: «حسو اللبن (أي شربه شيئاً بعد شيء) شفاء من كل داء إلا الموت»<sup>(٤)</sup>.

• سئل الصادق ﷺ عن ألبان الأتن (جمع أتان وهي الحمارة) للدواء يشربها الرجل؟ قال: «لا بأس به»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق ﷺ: «اللبن من طعام المرسلين»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق ﷺ ذكر أن علياً ﷺ كان يستحب أن يفطر على اللبن<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق ﷺ قال له رجل: «جعلت فداك إني أجد الضعف في بدني، فقال: عليك باللبن، فانه ينبت اللحم ويشد العظم»<sup>(٨)</sup>.

• عن الصادق ﷺ: «من أصابه ضعف في قلبه أو بدنه، فليأكل لحم الضأن باللبن (شاكزية) فإنه يخرج من أوصاله كل داء وغائلة، ويقوي جسمه ويشد مته» (أي ظهره)<sup>(٩)</sup>.

---

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٤.

(٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ١٧٣.

(٣) طب الأئمة: ص ٦٤.

(٤) رمز الصحة للحضرخي: ص ٢٤٨.

(٥) طب الأئمة: ص ٦٣.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٣.

(٧) رمز الصحة: ص ٢٥٠.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٤، عن الفروع والمحاسن.

(٩) طب الأئمة (ع): ص ٦٤.

• عن الصادق عليه السلام عن آبائه عليه السلام قال: «كان النبي صلى الله عليه وآله يحب من الشراب اللبن»<sup>(١)</sup>.

• عن عبدالله بن سنان، عن الصادق عليه السلام قال: «شكا نبي من الأنبياء إلى الله الضعف، فقال له: اطبخ اللحم باللبن، وقال: إنهما يشدان الجسم. قلت: هي المضيرة؟ قال: لا، ولكن اللحم باللبن الحليب». (لعل المقصود باللبن الحليب أي المحلوب رأساً من الشاة)<sup>(٢)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «اللحم باللبن مرق الأنبياء»<sup>(٣)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «من تغير عليه ماء الظهر، ينفع له اللبن الحليب والعسل»<sup>(٤)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «أبوال الإبل خير من ألبانها، ويجعل الله الشفاء في ألبانها»<sup>(٥)</sup>.

• عن كامل قال: سمعت موسى بن عبد الله بن الحسن يقول: سمعت أسيافنا يقولون: ألبان اللقاح «أي الإبل» شفاء من كل داء وعاهة في الجسد، وهو ينقي البدن ويخرج درنه ويفسله غسلاً»<sup>(٦)</sup>.

## اللثة

• عن الصادق عليه السلام: «كلوا البصل فإن فيه ثلاث خصال: يطيب النكهة، ويشد اللثة، ويزيد في الماء والجماع»<sup>(٧)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢١٦.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٦٨.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٠، عن الفروع والمحاسن.

(٤) روضة الكافي: ص ١٩١.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٧، عن الفروع والتهديب.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ١٠٢.

(٧) الفصول المهمة للحر العاملي: ص ١٣٧.

• عن الصادق عليه السلام: «خَلَّ الخمر يشدُّ اللثة ويقتل دواب البطن ويشد العقل»<sup>(١)</sup>.

## اللحم

• قال تعالى: ﴿وَأَمَدَدْنَاهُمْ بِفِكَهَةٍ وَالْحَمِيرِ وَمَا يَسْتَهْنُونَ﴾<sup>(٢)</sup>.

• وقال تعالى: ﴿وَفِكَهَةٍ وَمَا يَسْتَهْزِئُونَ﴾ وَلَحْمٍ طَبِيرٍ مَا يَسْتَهْنُونَ<sup>(٣)</sup>.

• عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال: «شكا نوح عليه السلام إلى ربه عز وجل ضعف بدنه، فأوحى الله تعالى إليه، أن اطبخ اللحم باللبن فكلها، فإنني جعلت القوة والبركة فيهما»<sup>(٤)</sup>.

• عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم: «سيد طعام الدنيا والآخرة اللحم، وسيد شراب الدنيا والآخرة الماء»<sup>(٥)</sup>.

• عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم: «اللحم ينبت اللحم، ومن تركه أربعين يوماً ساء خلقه، ومن ساء خلقه فأذنوا في أذنه»<sup>(٦)</sup>.

• عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم: «لحم البقر داء (لعل ذلك لوجود الدودة الوحيدة فيه) ولبنها دواء، ولحم الغنم دواء ولبنها داء»<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام قال: «كان رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم لَحِمًا، يحب اللحم»<sup>(٨)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٩.

(٢) سورة الطور، الآية: ٢٢.

(٣) سورة الواقعة، الآيتان: ٢٠ - ٢١.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ٦٢.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٧، عن قرب الإسناد.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٣.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٦.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٣.

- \* عن النبي ﷺ : «إنا معشر قريش قوم لِحْمُون». (أي نأكل اللحم)<sup>(١)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «من أتى عليه أربعون يوماً ولم يأكل اللحم فليقرض على الله عز وجل، وليأكله»<sup>(٢)</sup>.
- \* كان النبي ﷺ يحب الذراع والكتف، ويكره الورك لقربها من المبال<sup>(٣)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ قال لعلي عليه السلام : «ولا تقطع اللحم بالسكين على المائدة، فإنه من فعل الأعاجم، وانهشه فإنه أهنا وأمرأ»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «عليكم بأكل لحوم الإبل، فإنه لا يأكل لحومها إلا كل مؤمن، مخالف لليهود أعداء الله»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ : «من تمام الإسلام حب لحم الجزور» (وهو الجمل الصغير)<sup>(٦)</sup>.
- \* عن جابر بن عبد الله الأنصاري قال: أمر رسول الله ﷺ الأغنياء باتخاذ الغنم، والفقراء باتخاذ الدجاج<sup>(٧)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «عليكم باللحم، فإن اللحم من اللحم، واللحم ينبت اللحم»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «أقلوا من لحم الحيتان، فإنها تذيب البدن، وتكثر البلغم، وتغلظ النفس»<sup>(٩)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٣.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٦، عن الفروع والمحاسن.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٠، عن الفروع وبصائر الدرجات.

(٤) البحار: ج ٦٦، ص ٤٢٧.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٦٠.

(٦) مكارم الأخلاق: ص ١٦٠.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٦٠.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٧.

(٩) الخصال للصلوق.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام وقد ذكر عنده لحم الطير فقال: «أطيب اللحم لحم فرخ...»<sup>(١)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «إن أطيب اللحم لحم فرخ حمام، قد نهض أو كاد أن ينهض»<sup>(٢)</sup>.

\* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «لا تجعلوا بطونكم مقابر الحيوان»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال أمير المؤمنين عليه السلام: «وكذلك إذا وجدت لحماً، ولم تعلم أجيد هو (يقصد مذكى) أم لحم ميتة، فائق قطعة منه على النار، فإن انقبض فهو جيد، وإن استرخى على النار فهو لحم ميتة»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «كان عيسى سلام الله عليه يكره إدمان اللحم، ويقول: إن له ضراوة (أي تعوداً) كضراوة الخمر»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «اللحم باللبن مرق الأنبياء»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام يقول في الغُبراء: «إن لحمه ينبت اللحم، وعظمه ينبت العظم، وجلده ينبت الجلد...»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «من أصابه ضعف في قلبه أو بدنه، فليأكل لحم الضأن باللبن، فإنه يخرج من أوصاله كل داء وغائلة، ويقوي جسمه ويشد متنه» (أي ظهره)<sup>(٨)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «إن قوماً من بني إسرائيل أصابهم البياض، فأوحى

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٣١.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٧٥.

(٣) شرح النهج لابن أبي الحديد: ج ١، ص ٢٦.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٣٤١.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٣٢.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٠.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٨) طب الأئمة (ع): ص ٦٤.

الله إلى موسى عليه السلام أن مزمهم فليأكلوا لحم البقر بالسلق»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «السويق ينبت اللحم ويشد العظم»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «اسقوا صبيانكم السويق في صغرهم، فإن ذلك ينبت اللحم ويشد العظم. ومن شرب السويق أربعين صباحاً امتلأت كتفاه قوة»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «القديد (أي اللحم المجفف) لحم سوء، وإنه يسترخي في المعدة، ويهيج كل داء، ولا ينفع من شيء بل يضره»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «اللحم ينبت اللحم، ويزيد في العقل، ومن تركه أياماً فسد عقله»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «كان أمير المؤمنين عليه السلام أشبه الناس طعمة برسول الله ﷺ، كان يأكل الخبز والخل والزيت، ويطعم الناس الخبز واللحم»<sup>(٦)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «من ترك أكل اللحم أربعين صباحاً، ساء خلقه وفسد عقله، ومن ساء خلقه فأذنوا في أذنه بالشوب»<sup>(٧)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام أن رجلاً قال له : يا بن رسول الله، إن قوماً من علماء العامة يروون أن النبي ﷺ قال : إن الله يبغض اللحامين (أي الذين يكثرون من أكل اللحم) ويمقت أهل بيت الذي يؤكل فيه كل يوم اللحم فقال : «غلطوا غلطاً بيناً، وإنما قال رسول الله ﷺ : إن الله يبغض أهل بيت يأكلون في بيوتهم لحوم الناس، أي يفتابونهم، ما لهم لا يرحمهم الله، عمدوا إلى

---

(١) وسائل الشريعة : ج ١٧، ص ١٥٨.

(٢) مكارم الأخلاق : ص ١٩٢.

(٣) وسائل الشريعة : ج ١٧، ص ٧.

(٤) وسائل الشريعة : ج ١٧، ص ٣٨، عن فروع الكافي : ج ٦، ص ٣١٤.

(٥) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٩.

(٦) وسائل الشريعة : ج ١٧، ص ٦٤، عن الفروع : ج ٦، ص ٣٢٨ والمحاسن للبرقي.

(٧) طب الأئمة (ع) : ص ١٣٩.

الحلال فحرموه بكثرة رواياتهم»<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال له رجل: «جعلت فداك، إنني أجد الضعف في بدني، فقال: عليك باللبن، فإنه ينبت اللحم ويشد العظم»<sup>(٢)</sup>.

\* عن عبد الله بن سنان، قال: سألت الإمام الصادق عليه السلام عن سيد الإدام في الدنيا والآخرة؟ فقال: «اللحم، أما تسمع قول الله تبارك وتعالى: ﴿وَلَقَدْ ظَنَبُوا وَمَنَاسِبُهُمْ﴾»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «إذا أدخل اللحم منزل رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم قال: صغروا القطع، وكثروا المرق، واقسموا في الجيران، فإنه أسرع لإنضاجه، وأعظم لبركته»<sup>(٤)</sup>.

\* عن درست، عن الصادق عليه السلام قال: ذكرنا الرؤوس من الشاء، فقال عليه السلام: «الرأس موضع الذكاة، وأقرب من المرعى، وأبعد من الأذى»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الحسين بن خالد، قال: قلت لأبي الحسن الكاظم عليه السلام: إن الناس يقولون: إن من لم يأكل اللحم ثلاثة أيام ساء خلقه، فقال: كذبوا، ولكن من لم يأكل اللحم أربعين يوماً، تغير خلقه وبدنه، وذلك لانتقال النطفة في مقدار أربعين يوماً»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الكاظم عليه السلام: «لا بأس بأكل لحوم الجواميس، وشرب ألبانها، وأكل سمونها»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) طب الأئمة (ع): ص ١٣٨.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨٤، عن الفروع والمحاسن.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩.

(٤) البحار: ج ٦٦، ص ٧٥.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٩، عن الفروع والمحاسن.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٥.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٣٥، عن الفروع.

• عن الكاظم عليه السلام : «اللحم ينبت اللحم، ومن أدخل جوفه لقمة شحم، أخرجت مثلها داء»<sup>(١)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام قال: «لا أرى بأكل لحم الحُبَارَى بأساً، لأنه جيد للبواسير ووجع الظهر، وهو مما يعين على الجماع»<sup>(٢)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام أُنِي بقطا، فقال: «إنه مبارك» وكان يعجبه. وكان يقول: «أطعموا صاحب البرقان، يشوى له»<sup>(٣)</sup>.

• روي عن الرضا عليه السلام : «أن أكل اللحم يزيد في السمع والبصر، وأكله بالبيض يزيد في الباء»<sup>(٤)</sup>.

قال الرضا عليه السلام للمأمون في (الرسالة المذهبة): «والإكثار من أكل لحوم الوحش والبقر، يورث تغير العقل، وتحتير الفهم، وتبلى الفهن، وكثرة النسيان»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام قال: «اشتر لنا من اللحم المقاديم ولا تشتري المآخير، فإن المقاديم أقرب من المرعى وأبعد من الأذى»<sup>(٦)</sup>.

• عن سعد بن سعد الأشعري، قال: قلت للإمام الرضا عليه السلام : «إن أهل بيتي لا يأكلون لحم الضأن! قال: ولم؟ قلت: يقولون إنه يهيج بهم المرة والصفراء، والصداع والأوجاع. فقال: يا سعد، لو علم الله شيئاً أكرم من الضأن لفدى به إسماعيل»<sup>(٧)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام قال لأحد أصحابه: «فعليك بالسلق، فإنه ينبت على

---

(١) مكارم الأخلاق، ص ١٥٩، والوسائل: ج ١٧، ص ٢٩.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٦١.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٦١.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٨٠.

(٥) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٢.

(٦) البحار: ج ٦٦، ص ٧٥.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٧، عن الفروع والمحاسن.



شاطيء الفردوس، وفيه شفاء من الأدواء، وهو يغلظ العظم وينبت اللحم<sup>(١)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «سيد طعام الدنيا والآخرة اللحم، ثم الأرز»<sup>(٢)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «ذكر اللحم والشحم عند النبي ﷺ فقال: ليس منهما بضعة تقع في المدة إلا أنبت مكانها شفاء، وأخرجت من مكانها داء»<sup>(٣)</sup>.

• عن الهادي عليه السلام : «ما أكلتُ طعاماً أبقي ولا أهيج للداء من اللحم اليابس» (ويعني القديد)<sup>(٤)</sup>.

• روي: كل اللحم النضيج من الضأن الفتي أسمنه، لا القديد، ولا الجزور، ولا البقر<sup>(٥)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «إذا ضعف المسلم فليأكل اللحم باللبن، فإن الله جعل القوة فيهما»<sup>(٦)</sup>.

• قضى الإمام علي عليه السلام في مائدة وجد عليها طعام ولحم، ولم يعلموا أنها مائدة مسلم، أو مائدة مجوسي يستحل أكل لحم الميتة، فقال عليه السلام : «يوضع اللحم على النار، فإن تقلص وانقبض بعض إلى بعض، فهو ذكي يحل أكله؛ وإن لم يقلص فليس بذكي ولا يحل أكله»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٩، عن المحاسن للبرقي.

(٢) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٢.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٥.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٣٨، عن فروع الكافي: ج ٦، ص ٣١٤.

(٥) المستدرك: ج ٣، ص ١٠٥.

(٦) تحف العقول: ص ٧٦.

(٧) الحق المبين في قضاء أمير المؤمنين (ع)، طبع كرم: ص ٤٩.

## لحم الكباب

• عن الصادق عليه السلام: «الكباب يذهب بالحمى»<sup>(١)</sup>.

• عن موسى بن بكر قال: قال لي الإمام الكاظم عليه السلام: «ما لي أراك مصفراً؟ فقلت وعك (أي حمى بسيطة) أصابني. فقال: كل اللحم، فأكلته. ثم رأني بعد جمعة وأنا على حالي مصفراً. فقال: ألم أمرك بأكل اللحم؟ قلت: ما أكلت غيره منذ أمرتني به. قال: كيف أكلته؟ قلت: طيخاً. قال: لا، كل كباباً، فأكلت. ثم أرسل إلي فدعاني بعد جمعة، فإذا الدم قد عاد في وجهي. فقال: الآن نعم»<sup>(٢)</sup>.

• وعنه أيضاً قال: «اشتكت بالمدينة شكاة ضعفت منها، فأتيت أبا الحسن موسى عليه السلام، فقال لي: أراك ضعيفاً. قلت: نعم. فقال لي: كل الكباب. فأكلته فبرئت»<sup>(٣)</sup>.

## اللسعة (من العقرب)

• عن الصادق عليه السلام قال: «لدغث رسول الله ﷺ عقرب، فنفضها وقال: لعنك الله فما يسلم منك مؤمن ولا كافر. ثم دعا بملح فوضعه على موضع اللدغة، ثم عصره بابهامه حتى ذاب. ثم قال: لو يعلم الناس ما في الملح ما احتاجوا معه إلى ترياق»<sup>(٤)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٩.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٨، والمحاسن للبرقي: ص ٤٦٨.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٨.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٤٠٧.

• قال أحد أصحاب الصادق عليه السلام : «كنا إذا لسع بعض أهل الدار حية أو عقرب، قال عليه السلام : اسقوه سويق التفاح»<sup>(١)</sup>.

• عن عبد الرحمن بن الحجاج، قال : سألت رجلاً أبا الحسن الكاظم عليه السلام عن الترياق؟ قال : «ليس به بأس». قال : يا بن رسول الله، إنه يجعل فيه لحوم الأفاعي! قال : لا تقذرهُ علينا»<sup>(٢)</sup>.

### توضيح:

الترياق دواء مركب نافع من لدغ الهوام السبعة ويدخل فيه لحم الأفاعي. وقوله : «لا تقذرهُ علينا» أي لا تجعله قذراً حراماً علينا.

• قال ابن بسطام : حدثني الوالد قال : مما جرب للسه العقرّب أن تكسر نواة التمر هندي نصفين، يوضع نصفها الباطني على موضع اللسع، ويشد حتى يلبصق على الموضع، فإنه نافع مجرب»<sup>(٣)</sup>.

• وقال : حدثني بعض الأفاضل قال : مما جرب لذلك أن يدق البصل ويخلط معه ملح ناعم، ويوضع على موضع اللسع مرتين أو ثلاثاً، يبرأ في الوقت»<sup>(٤)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٨، عن فروع الكافي.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ٦٣.

(٣) التحفة الرضوية في مجربات الإمامية: ص ٧٥.

(٤) المصدر السابق.

## اللفت (الشلجم)

- عن الصادق عليه السلام: «ما من أحد إلا وبه عرق من الجذام، فكلوا الشلجم في زمانه يذهب به عنكم»<sup>(١)</sup>.
- وفي حديث آخر: «ما من أحد إلا وبه عرق من الجذام، وإن اللفت - وهو الشلجم - يذيه، فكلوه في زمانه، يذهب عنكم كل داء»<sup>(٢)</sup>.
- عن علي بن مسيب، قال: قال العبد الصالح عليه السلام: «عليك باللفت - يعني الشلجم - فكله، فإنه ليس من أحد إلا وبه عرق من الجذام، وإنما يذيه أكل اللفت. قلت: نياً أو مطبوخاً؟ قال: كلاهما»<sup>(٣)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٥، عن المحاسن للبرقي.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٦٥، عن المحاسن للبرقي.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٢١٤، عن طب الأئمة (ع): ص ١٠٥.

## حرف الميم

### الماء (وشربه)

فوائده:

وردت الروايات متناقضة في الظاهر، بعضها يدعو إلى شرب الماء، وبعضها ينهى عنه ويذمه. والحقيقة أن شرب الماء ضار بعد الطعام، ولا بأس به أثناءه باعتدال. أما على الريق وبين الوجبات فمفيد، لأن نقص الماء في الجسم يسبب أمراضاً خطيرة، ويساعد على تشكل الحصى في الكلية.

تصفية الماء في السفر:

قال ابن سينا في (القانون) في فصل توقي المسافرين مضرة المياه المختلفة:

إن اختلاف المياه قد يوقع المسافرين في أمراض، فيجب أن يراعي أمر الماء، ويتدارك ضرره، فمن تداركه ترويقه ومخضه.

قال: ومما يدفع فساد المياه المختلفة: البصل، خصوصاً مع الخل والثوم، فإنه ترياق لذلك. ومما يدفع ضرر المياه الغليظة أن يتناول عليها

الشم، فإنه لذلك ترياق. اهـ.

ومما جاء من التدبير الجيد لمن يشرب المياه المختلفة أن يستصحب معه من ماء بلده، فيمزجه بالماء الذي يليه، وأن يأخذ من ماء ينزل عليه إلى الذي يليه، فيمزجه بمائه، ولا يزال كذلك حتى يبلغ مقصده. وأن يستصحب من طين بلده، ويخلط منه بكل ما يطراً عليه، ويخلط به حتى يمزج، ثم يتركه حتى يصفو، يُشرب بمصفأة كخرقة<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

- \* قال النبي ﷺ: «أفضل الصدقة الماء»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «مضوا الماء مصاً، ولا تعبوه عباً، فإنه يوجد منه الكُباد» (وهو مرض في الكبد)<sup>(٣)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «من شرب قائماً فأصابه شيء من المرض لم يستشف أبداً»<sup>(٤)</sup>.
- \* ومن السنة: أن تتنفس (أثناء الشرب) ثلاثة أنفاس، فإذا ابتدأ ذكر الله، وإذا فرغ حمد الله، ولا تتنفس في الإناء (روته العامة)<sup>(٥)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «شرب الماء من الكوز العام أمان من البرص والجذام»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن النبي ﷺ: «من التواضع أن يشرب الرجل من سؤر أخيه المؤمن»<sup>(٧)</sup>.

(١) الإتحاف بحب الأشراف للشبراوي: ص ٤٨.

(٢) رمز الصحة للدهسرخي: ص ٨.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٨، عن الفروع والمحاسن.

(٤) البحار: ج ٦٦، ص ٤٧٢.

(٥) البحار: ج ٦٦، ص ٤٧٢.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٩.

(٧) رمز الصحة: ص ٦.

- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «الماء سيد الشراب في الدنيا والآخرة»<sup>(١)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام : «ما عُرض الماء على عاقل فأبى»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن ابن عباس (رض): «إن الله يرفع المياه العذاب قبل يوم القيامة، غير زمزم، وإن ماءها يذهب بالحمى والصداع، والاطلاع فيها يجلو البصر، ومن شربه للشفاء شفاه الله، ومن شربه للجوع أشبعه الله»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن سليمان بن خالد قال: سألت أبا عبد الله عليه السلام عن الرجل يشرب بالنفس الواحد؟ قال: «يكره ذلك، وذاك شرب الهيم. قلت: وما الهيم؟ قال: الإبل»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «إذا شرب أحدكم الماء فقال: بسم الله، ثم قطعه فقال: الحمد لله. ثم شرب فقال: بسم الله، ثم قطعه فقال: الحمد لله (فعل ذلك ثلاث مرات) سبّح ذلك الماء له ما دام في بطنه إلى أن يخرج»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام قال: «مرّ النبي صلى الله عليه وآله يقوم يشربون الماء بأفواههم في غزوة تبوك، فقال النبي صلى الله عليه وآله : اشربوا في أيديكم فإنها من خير آيتكم»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «في سؤر المؤمن شفاء من سبعين داء»<sup>(٧)</sup>.
- \* سأل رجل الصادق عليه السلام عن طعم الماء، فقال: «سل تفقهاً، ولا تسأل نعتاً، طعم الماء طعم الحياة»<sup>(٨)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «ماء زمزم شفاء من كل داء، وأظنه قال: كائناً ما كان،

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٦، عن فروع الكافي.

(٢) قول مشهور.

(٣) البحار: ج ٦٦، ص ٤٥١.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٠، عن التهذيب للطوسي والمحاسن للبرقي.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٩، عن الفروع والمحاسن.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٠٦، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٢٠٨، عن ثواب الأعمال للصدوق: ص ٨٣.

(٨) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٧، عن فروع الكافي.

لأن رسول الله ﷺ قال: ماء زمزم لما شرب له<sup>(١)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لا تكثر من شرب الماء، فإنه مادة لكل داء»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لا يشرب أحدكم الماء حتى يشتهي، فإذا اشتهاه فليقل منه»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لو أن الناس أقلوا من شرب الماء لاستقامت أبدانهم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «كان رسول الله ﷺ إذا أكل الدسم أقل شرب الماء. فقليل له: يا رسول الله إنك لتقل شرب الماء! قال: هو أمرأ لطعامي»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «إذا أكلت السمك، فاشرب عليه الماء»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «اشربوا ماء السماء، فإنه يطهر البدن ويدفع الأسقام، قال الله تبارك وتعالى: ﴿وَنَزَّلْنَا عَلَيْكُم مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً يُطَهِّرُكُم بِهِ وَيُذْهِبْ عَنْكُمْ رِجْزَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَى قُلُوبِكُمْ وَيُثَبِّتَ بِهِ الْأَقْدَامَ﴾»<sup>(٧)</sup>،<sup>(٨)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «شرب الماء من قيام بالنهار يمرئ الطعام، وشرب الماء بالليل من قيام يورث الماء الأصفر»<sup>(٩)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «لا يشرب أحدكم الماء قائماً، فإنه يورث الداء

---

(١) طب الأئمة (ع): ص ٥٢.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٠ عن الفروع والمحاسن.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٠، عن المحاسن للبرقي.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٠، عن المحاسن للبرقي.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٠، عن المحاسن للبرقي.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٤.

(٧) سورة الأنفال، الآية: ١١.

(٨) الخصال للصدوق: ص ١٧١.

(٩) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩١، عن الفروع والمحاسن.



الذي لا دواء له، إلا أن يعافى الله»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «شرب الماء من قيام بالنهار، أدز للعروق وأقوى للبدن»<sup>(٢)</sup>.

- وقد جمع الشيخ محمد حسين الأعمس كل هذه الخواص للماء في منظومته عن آداب الطعام والشراب قال:

سَدَّ كُلَّ الْمَائِعَاتِ الْمَاءُ      مَا عَنهُ فِي جَمِيعِهَا غِنَاءُ  
أَمَا تَرَى الْوَحْيَ إِلَى النَّبِيِّ:      مِنْهُ جَعَلْنَا كُلَّ شَيْءٍ حَيٍّ  
وَيَكْرَهُ الْكَثْرَ مِنْهُ لِلنَّصِّ      وَعَبَّهَ أَيُّ شَرِبَهُ مِنْ دُونِ مَصْرٍ  
تُرَوَّى بِهِ التَّوْرِيثُ لِلْكَبَادِ      بِالضَّمِّ، أَعْنِي وَجَعَ الْأَكْبَادِ  
تَشْرِبُهُ فِي اللَّيْلِ قَاعِدًا لِمَا      رَوَّهَ، وَاشْرَبَ فِي النَّهَارِ قَائِمًا

• عن محمد بن الفيض، قال: قلت للصادق عليه السلام: جعلت فداك، يمرض منا المريض فيأمره المعالجون بالحمية؟ قال: «لا، ولكننا أهل البيت، لا نحتمي إلا من التمر، ونتداوى بالتفاح، والماء البارد»<sup>(٣)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «عجباً لمن أكل مثل ذا (وأشار بكفه) ولم يشرب عليه الماء، كيف لا تنشق معدته»<sup>(٤)</sup>.

• عن ابن أبي طيفور المتطبب، قال: دخلت على الإمام الكاظم عليه السلام فنهيت عن شرب الماء. فقال: «وما بأس بالماء، وهو يدير الطعام في المعدة، ويسكن الغضب، ويزيد في اللب، ويطفئ المرارة»<sup>(٥)</sup>.

• الرسالة المذهبة للإمام الرضا عليه السلام: «ومن أراد أن لا تؤذيه معدته، فلا يشرب بين طعامه ماء حتى يفرغ، ومن فعل ذلك (أي شرب أثناء الطعام)

(١) تحف العقول: ص ٨٠.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٢، عن من لا يحضره الفقيه: ج ٣، ص ٢٢٣.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ٥٩، وعلل الشرائع للصدوق: ج ٢، ص ١٤٩.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٩، عن فروع الكافي.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٩، عن الفروع والمحاسن.

رَطَّبَ بدنه وضعفت معدته، ولم تأخذ العروق قوة الطعام، فإنه يصير في المعدة فجاً (أي غير ناضج) إذا صب الماء على الطعام أولاً فاولاً<sup>(١)</sup>.

• الرسالة المذعبة للإمام الرضا عليه السلام: «فأما صلاح المسافر ودفع الأذى عنه، فهو أن لا يشرب من ماء كل منزل يردّه إلا بعد أن يمزجه بماء المنزل الذي قبله، أو بشارب واحد غير مختلف، يشوبه بالمياه على اختلافها. والواجب أن يتزود المسافر من تربة بلدته وطيبته التي رُتِي عليها، وكلما ورد إلى منزل طرح في إنائه الذي يشرب منه الماء شيئاً من الطين الذي تزوده من بلده، ويشوب الماء والطين في الآنية بالتحريك، ويؤخر قبل شربه حتى يصفو صفاء جيداً.

وخير الماء شرباً لمن هو مقيم أو مسافر ما كان ينبوعه من الجهة المشرقية من الخفيف الأبيض. وأفضل المياه ما كان مخرجها من مشرق الشمس الصيفي، وأصحها وأفضلها ما كان بهذا الوصف الذي نبع منه وكان مجراه في جبال الطين، وذلك أنها تكون في الشتاء باردة، وفي الصيف مليئة للبطن، نافعة لأصحاب الحرارة.

وأما الماء المالح والمياه الثقيلة فإنها تبيس البطن. ومياه الثلوج والجليد رديّة لسائر الأجساد، وكثيرة الضرر جداً. وأما مياه السحب فإنها خفيفة عذبة صافية نافعة للأجسام، إذا لم يطل خزنها وحبسها في الأرض. وأما مياه الجب فإنها عذبة صافية نافعة، إن دام جريها ولم يدم حبسها في الأرض<sup>(٢)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «لا تخلون جوفك من طعام، وأقل من شرب الماء، ولا تجامع إلا من سبق...»<sup>(٣)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٣.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٦.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨١.

• عن الرضا عليه السلام: «سيد طعام الدنيا والآخرة اللحم، وسيد شراب الدنيا والآخرة الماء»<sup>(١)</sup>.

• روى الإمام الرضا عليه السلام في الماء البارد: «أنه يطفىء الحرارة، ويسكن الصفراء، ويهضم الطعام، ويذيب الفضلة التي على رأس المعدة، ويذهب بالحمى»<sup>(٢)</sup>.

• عن بعض أصحابنا رفعه قال: شرب الماء على أثر الدسم يهيج الداء<sup>(٣)</sup>.

## ماء الرجل

### تعريفه:

يقصد بالماء، أو ماء الظهر، أو ماء الصلب، أو ماء الرجل: المني.

### الروايات:

• قال النبي صلى الله عليه وآله وسلم عن جبرئيل عليه السلام قال: «التمر البرني يشبع ويهنيء ويمرئ، وهو الدواء ولا داء له، ومع كل ثمرة حسنة، ويرضي الرحمن، ويسخط الشيطان، ويزيد في ماء فقار الظهر»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «أكثرُوا من الباذنجان عند جذاذ النخل (أي قطفه)، فإنه شفاء من كل داء، ويزيد في بهاء الوجه، ويبين العروق، ويزيد في ماء الصلب»<sup>(٥)</sup>.

---

(١) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٤.

(٢) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٩٠، عن المحاسن للبرقي.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠٨.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٨٤.

- عن الصادق عليه السلام قال عن الجبن: «هو ضار بالغذاء، نافع بالعشي، ويزيد في ماء الظهر»<sup>(١)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «كلوا البصل، فإن له ثلاث خصال: يطيب النكهة، ويشد اللثة، ويزيد في الماء والجماع»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «البصل يذهب بالنصب، ويشد العصب، ويزيد في الخطى، ويزيد في الماء، ويذهب بالحمى»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «من أكل السفرجل على الريق طاب ماؤه وحسن ولده (وفي رواية) وجهه»<sup>(٤)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «والسعر والملح، يطردان الرياح من الفؤاد، ويفتحان السدد، ويحرقان البلغم، ويدران الماء...»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «الزيتون يطرد الرياح ويزيد في الماء» (أي ماء الظهر، وهو المنى)<sup>(٦)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «أكل الأسنان يوهن الركبتين، ويفسد ماء الظهر»<sup>(٧)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «اللبن الحليب نافع لمن تغير عليه ماء الظهر»<sup>(٨)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «عليك بالهندباء، فإنه يزيد في الماء ويحسن اللون، وهو حار لين يزيد في الولد الذكور»<sup>(٩)</sup>.

- 
- (١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٢.
  - (٢) الفصول المهمة للحر العاملي: ص ١٣٧.
  - (٣) المصدر السابق.
  - (٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣١.
  - (٥) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.
  - (٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٧٣، والبحار: ج ٦٢، ص ٢٨٢.
  - (٧) الخصال للمصنف: ج ١، ص ٦٣.
  - (٨) طب الأئمة (ع): ص ١٣٠.
  - (٩) طب الأئمة (ع): ص ١٣٠.

\* عن الكاظم عليه السلام : «من تغير عليه ماء الظهر (كناية عن عدم انعقاد الولد منه) ينفع له اللبن الحليب والعسل»<sup>(١)</sup>.

\* الرسالة المذهبة للإمام الرضا عليه السلام : «ومن أراد أن لا يجد الحصة وعسر البول، فلا يحبس المني عند نزول الشهوة، ولا يظل المكث على النساء»<sup>(٢)</sup>.

## الماش

### تعريفه:

نبات من القرنيات الفراشية، له حب أخضر مدور، أصغر من الحمص، يكون بالشام والهند.

### الروايات:

\* عن الرضا عليه السلام سأل بعض أصحابه عن البهق<sup>(٣)</sup>؟ قال: «فأمرني أن أطبخ الماش وأتحساه وأجعله طعامي، ففعلت أياماً فعوفيت»<sup>(٤)</sup>.

\* وعن الرضا عليه السلام قال: «خذ الماش الرطب في أيامه ودقه مع ورقه، واعصر الماء واشربه على الريق، واطله على البهق ففعلت فعوفيت»<sup>(٥)</sup>.

---

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٦٦.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

(٣) إلهق بالتحريك: يبيض في الجسد لا من البرص.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٨٧.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٨٧.

## المثانة

• عن الصادق عليه السلام: «كلوا البطيخ فإن فيه عشر خصال مجتمعة: ...  
ويغسل المثانة ويدّر البول. (وفي رواية) ويذيب الحصى في المثانة»<sup>(١)</sup>.

## المحرمات والمكروهات

• قال تعالى: ﴿إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهِلَّ بِهِ  
لِغَيْرِ اللَّهِ﴾<sup>(٢)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام قال: «إن رسول الله ﷺ كان يكره أكل خمسة:  
الطحال، والقضيب، والأنثيين، والحياء، وأذان القلب»<sup>(٣)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام: «أنه مر بالقصابين فنهاهم عن بيع سبعة أشياء من  
الشاة نهاهم عن بيع الدم والغدد وأذان الفؤاد، والطحال والنخاع والخصى  
والقضيب. فقال له رجل من القصابين: يا أمير المؤمنين ما الكبد والطحال  
إلا سواء! فقال له: كذبت يا لكع أتني بتورين من ماء آتاك بخلاف ما بينهما.  
فأتني بكبد وطحال وتورين من ماء. فقال: أمر من كل واحد منهما في إناء  
على حدة، فمرسهما كما أمر به، فانتقبضت الكبد ولم يخرج منه شيء، ولم  
ينتقبض الطحال وخرج ما فيه كله وكان دماً كله وبقي جلده وعروقه. فقال:  
هذا خلاف ما بينهما، وهذا لحم وهذا دم»<sup>(٤)</sup>.

(١) وسائل الشريعة: ج ١٧، ص ١٣٩، ومكارم الأخلاق: ص ١٨٥.

(٢) سورة البقرة، الآية: ١٧٣.

(٣) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٨٤.

(٤) الخصال: ج ٢، ص ٣٤١.

\* قال أمير المؤمنين عليه السلام : «إذا اشترى أحدكم اللحم فليخرج منه الغدد، فإنه يحرك عرق الجذام»<sup>(١)</sup>.

عن محمد بن عذافر عن أبيه قال: قلت لأبي جعفر محمد بن علي الباقر عليه السلام : لم حرم الله الميتة والدم ولحم الخنزير والخمر؟ فقال عليه السلام : «إن الله تبارك وتعالى لم يحرم ذلك على عباده وأحلّ لهم سوى ذلك، من رغبة فيما أحلّ لهم ولا زهد فيما حرّم عليهم، ولكنه عز وجل خلق الخلق فعلم ما تقوم به أبدانهم وما يصلحهم فأحلّه لهم وأباحهموه، وعلم ما يضرهم فنهاهم عنه، ثم أحله للمضطر في الوقت الذي لا يقوم بدنه إلا به، فأحلّه له بقدر البلغة لا غير ذلك.

ثم قال عليه السلام : أما الميتة فإنه لم ينل أحد منها إلا ضعف بدنه وأوهنت قوته وانقطع نسله، ولا يموت أكل الميتة إلا فجأة.

وأما الدم فإنه يورث آكله الماء الأصفر ويورث الكلب وقساوة القلب وقلة الرأفة والرحمة، ثم لا يؤمن على حميمه ولا يؤمن على من صحبه.

وأما لحم الخنزير، فإن الله تبارك وتعالى مسخ قوماً في صور شتى مثل الخنزير والقرود والدب، ثم نهى عن أكل مثله (المثلة) لكيلا ينتفع بها ولا يستخف بعقوبتها.

وأما الخمر، فإنه حرّمها لفعلها وفسادها. ثم قال عليه السلام : إن مدمن الخمر كعابد وثن، وتورثه الارتعاش وتهدم مروءته، وتحمله على أن يجسر على المحارم، من سفك الدماء وركوب الزنا، حتى لا يؤمن إذا سكر أن يشب على حرمه وهو لا يعقل ذلك، والخمر لا تزيد شاربها إلا كل شر»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام عن أبيه، عن جده، عن علي بن أبي طالب عليه السلام عن النبي ﷺ قال في وصيته له: «يا علي حرّم من الشاة سبعة أشياء: الدّم

(١) علل الشرائع للشيخ الصدوق (ت ٣٨١) طبع دار إحياء التراث العربي بيروت، ص ٥٦١.

(٢) أمالي الصدوق منشورات الأعلمي: ط ٥، ص ٥٢٩.

والمذاكير والمثانة والنخاع والغدد والطحال والمرارة<sup>(١)</sup>.

## العلة التي من أجلها حرم الطحال والأنثيين والنخاع الشوكي:

\* عن أبي عبد الله عليه السلام: «كيف صار الطحال حراماً وهو من الذبيحة؟

فقال: إن إبراهيم عليه السلام لما هبط عليه الكباش من ثبير وهو جبل بمكة ليذبحه، أتاه إبليس فقال له: أعطني نصيبي من الكباش. قال: وأي نصيب لك وهو قربان لربي وفداء لابني؟ فأوحى الله تعالى إليه أن له فيه نصيباً وهو الطحال لأنه مجمع الدم، وحرم الخصيتين لأنهما موضع النكاح ومجرى النطفة. فأعطاه إبراهيم الطحال والأنثيين وهما الخصيتان، قال: فقلت: فكيف حرم النخاع (الشوكي)؟ قال: لأنه موضع الماء الدافق من كل ذكر وأنثى، وهو المخ الطويل الذي يكون في فقار الظهر<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «أحل الله تعالى البقر والغنم والإبل لكثرتها وإمكان وجودها، وتحليل بقر الوحش وغيرها من أصناف ما يؤكل من الوحش المحللة، لأن غذاءها غير مكروه ولا محرم ولا هي مضرة بعضها ببعض ولا مضرة بالإنس ولا في خلقها تشويه<sup>(٣)</sup>.

\* عن علي بن إبراهيم عن أبيه عن إسماعيل بن مرار، عنهم عليهم السلام قال: «لا يؤكل مما يكون في الإبل والبقر والغنم وغير ذلك مما لحمه حلال: الفرج بما فيه ظاهره وباطنه، والقضيب، والبيضتان، والمشيمة وهي موضع الولد، والطحال لأنه دم، والغدد مع العروق، والمخ الذي يكون في الصلب، والمرارة، والحدق، والخزعة التي تكون في الدماغ (وهي الغدة النخامية والدم)<sup>(٤)</sup>.

(١) الخصال: ج ٢، ص ٣٤١.

(٢) علل الشرائع للصدوق: ص ٥٦٢.

(٣) علل الشرائع للصدوق: ص ٥٦١.

(٤) وسائل الشيعة للحر العاملي: ج ١٦، ص ٣٦٠.



- \* عن الإمام علي عليه السلام : «تنزهوا عن أكل الطير الذي ليس له قانصة ولا صيصية ولا حوصلة ولا كابية»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «اتقوا أكل كل ذي ناب من السباع، وكل ذي مخلب من الطير. ولا تأكلوا الطحال، فإنه ينبت من الدم الفاسد»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الإمام علي عليه السلام : «اتقوا الغدد من اللحم، فإنها تحرك عرق الجذام»<sup>(٣)</sup>.

## المخدرات

- \* قال النبي صلى الله عليه وآله : «سيأتي زمان على أمتي يأكلون شيئاً اسمه البنج، أنا بريء منهم، وهم بريئون مني»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن النبي صلى الله عليه وآله : «سلموا على اليهود والنصارى، ولا تسلموا على آكل البنج»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن النبي صلى الله عليه وآله : «من احتقر ذنب البنج فقد كفر»<sup>(٦)</sup>.
- \* عن النبي صلى الله عليه وآله : «من أكل البنج، فكأنما هدم الكعبة سبعين مرة، وكأنما قتل سبعين ملكاً مقرباً، وكأنما قتل سبعين نبياً مرسلأً، وكأنما أحرق سبعين مصحفاً، وكأنما رمى الله سبعين حجراً، وهو أبعد من رحمة الله من شارب الخمر وآكل الربا والزاني والنمام»<sup>(٧)</sup>.

(١) تحف العقول: ص ٧٥.

(٢) تحف العقول: ص ٧٥.

(٣) المصدر السابق.

(٤) مستدرك الوسائل: ج ٣، ص ١٤٥.

(٥) مستدرك الوسائل: ج ٣، ص ١٤٥.

(٦) مستدرك الوسائل: ج ٣، ص ١٤٥.

(٧) مستدرك الوسائل: ج ٣، ص ١٤٥.

## المرأة

\* راجع (النساء)

### المرّة السوداء

\* قال النبي ﷺ: «عليكم بالزبيب فإنه يكشف المرة، ويذهب بالبلغم، ويشد العصب...»<sup>(١)</sup>.

\* شكّا رجل إلى الإمام الباقر عليه السلام مراراً (جمع مرّة) هاجت به، حتى كاد أن يجن. فقال له: «سكّنه بالإجاص»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الأزرق بن سليمان سأل الصادق عليه السلام عن الإجاص فقال: «نافع للمرار، ويلين المفاصل، فلا تكثر منه فيعقبك رياحاً في مفاصلك»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الإجاص على الريق، يسكّن المرار، إلا أنه يهيج الرياح»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كلوا الباذنجان، فإنه جيد للمرّة السوداء، ولا يضر الصفراء»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «نعم الإدام الخل، يكسر المرّة ويحيي القلب...»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٣٤٤.

(٢) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

(٣) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

(٥) كشف الأخطار لشمس الدين بن محمد الحسيني - مخطوط.

(٦) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

- عن الصادق عليه السلام : «إن السويق الجاف إذا أخذ على الريق، أطفأ الحرارة وسكن المرة...»<sup>(١)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «ثلاث راحات سويق على الريق، ينشف المرة والبلغم، حتى يقال: لا يكاد أن يدع شيئاً»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «السويق يجرد (أي ينزع) المرة والبلغم من المعدة جرداً، ويدفع سبعين نوعاً من أنواع البلاء»<sup>(٣)</sup>.
- عن الكاظم عليه السلام : «وما بأس بالماء، وهو يدير الطعام في المعدة، ويسكن الغضب، ويزيد في اللب، ويطفىء المرارة»<sup>(٤)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام : «أطعموا مرضاكم السلق، (يعني ورقه) واجتنبوا أصله فإنه يهيج السوداء»<sup>(٥)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام : «في العسل شفاء من كل داء، من لعق لعقة عسل على الريق، يقطع البلغم ويحسم الصفراء ويمنع المرة السوداء...»<sup>(٦)</sup>.

## المرق

- قال النبي صلى الله عليه وآله : «يا علي إذا طبخت شيئاً من لحم فأكثر المرقه، فإنها أحد اللحمين، واغرفه للجيران، فإن لم يصيبوا من اللحم يصيبوا من المرق»<sup>(٧)</sup>.

(١) طب الأئمة (ع): ص ٦٧.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٨، عن الفروع.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٩، عن الفروع والمحاسن.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٧.

(٦) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ١٥٨.

\* عن الصادق عليه السلام قال: «إذا أدخل اللحم منزل رسول الله ﷺ قال: صغروا القطع، وأكثروا المرق، واتسموا في الجيران، فإنه أسرع لإنصاجه، وأعظم لبركته»<sup>(١)</sup>.

## المسكرات

\* راجع (الخمر)

## المشط والامشاط

\* عن الصادق عليه السلام: «مشط الرأس يذهب بالبواء [أي الحمى]، ومشط اللحية يشد الأضراس»<sup>(٢)</sup>.

\* عن أبي عبد الله عليه السلام في قول الله عز وجل: ﴿خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ﴾<sup>(٣)</sup> قال: «المشط، فإنَّ المشط يجلب الرزق. ويحسن الشعر، وينجز الحاجة، ويزيد في ماء الصلب، ويقطع البلغم. وكان رسول الله ﷺ يسرّح تحت لحيته أربعين مرة، ومن فوقها سبع مرات، ويقول: إنه يزيد في الدهن ويقطع البلغم»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الإمام الرضا عليه السلام عن النبي ﷺ قال: «ادهنوا غباً، واكتحلوا وترأ، وامشطوا رسلًا رجلاً، واستاكوا عرضاً»<sup>(٥)</sup>.

(١) البحار: ج ٦٦، ص ٧٥.

(٢) طب الأئمة (ع) لعبد الله شبر، ص ٣٣٠.

(٣) سورة الأعراف، الآية: ٣١.

(٤) الخصال: ج ١، ص ٢٦٨.

(٥) فقه الإمام الرضا (ع): ص ٤٠٧.

## المعى والأمعاء

• عن الكاظم عليه السلام : «نعم الطعام الأرز، يوسع الأمعاء ويقطع البواسير، وأنا لنغبط أهل العراق بأكلهم الأرز والبُسْر، فإنهما يوسعان الأمعاء ويقطعان البواسير»<sup>(١)</sup>.

## المعدة

• قال النبي ﷺ : «المعدة بيت الداء، والحِمية رأس كل دواء، وأعطِ كلَّ بدن ما عودته».

• قال النبي ﷺ : «إن هذا جبرئيل عليه السلام يخبرني أن في التمر تسع خصال: يطيب النكهة، ويطيب المعدة، ويهضم الطعام...»<sup>(٢)</sup>.

• ذكر اللحم والشحم عند النبي ﷺ فقال: «ليس منهما بَضْعَةٌ تقع في المعدة، إلا أنبت مكانها شفاء، وأخرجت من مكانها داء»<sup>(٣)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام : «كلوا الرمان بشحمه، فإنه دباغٌ للمعدة»<sup>(٤)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام : «عليكم بالتفاح فكلوه، فإنه نضوح المعدة»<sup>(٥)</sup>.

• عن محمد بن عمرو بن إبراهيم، قال: سألت أبا جعفر الباقر عليه السلام وشكوت إليه ضعف معدتي، فقال: «اشرب الخَزَاءَ بالماء البارد» [الخَزَاءُ:

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٩٥، عن الفروع والمحاسن.

(٢) البعار: ج ٦٢، ص ١٠٧ عن المحاسن.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٥.

(٤) طب الأئمة (ع): ص ١٣٤.

(٥) رمز الصحة (ع): ص ١٥٥.

نبت في البادية يشبه الكرفس<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام الصادق عليه السلام: «سويق العدس، يقطع العطش، ويقوي المعدة، وفيه شفاء من كل داء»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «النانخواء والجوز، يحرقان البواسير، ويطردان الريح، ويحسنان اللون، ويخشان المعدة، ويسخنان الكلى. والسعتر والملح يطردان الريح من الفؤاد، ويفتحان السدد، ويحرقان البلغم، ويدّران الماء، ويطيبان النكهة، ويلينان المعدة، ويذهبان بالريح الخبيثة من الفم، ويصلبان الذكر»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام يقول في الغبيراء: «إن لحمه ينبت اللحم... ومع ذلك فإنه يسخن الكليتين ويدبغ المعدة...»<sup>(٤)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «لا تدخل الحمام إلا وفي جوفك شيء يطفئ عنك وهج المعدة، وهو أقوى للبدن. ولا تدخل وأنت ممتلئ من الطعام»<sup>(٥)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «كلوا الباقلا (وهي الفول) بقشره، فإنه يدبغ المعدة»<sup>(٦)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «الكُمثرى يدبغ المعدة (أي يلينها) ويقويها، هو والسفرجل»<sup>(٧)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «عليك بأكل السفرجل الحلو مع حبه، فإنه يقوي الضعف، ويطيب المعدة، ويذكي الفؤاد»<sup>(٨)</sup>.

(١) رمز الصحة: ص ٦٩.

(٢) طب الأئمة (ع) شبر: ص ٤٥٩.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ١٩١.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ١٧٦.

(٥) الفصول المهمة للحر العاملي.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٠١.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٣٤.

(٨) طب الأئمة (ع): ص ١٣٦.

- \* عن الكاظم عليه السلام : «وما بأس بالماء، وهو يدير الطعام في المعدة...»<sup>(١)</sup>.
- \* روى الإمام الرضا عليه السلام في الماء البارد: «أنه يطفىء الحرارة، ويسكن الصفراء، ويهضم الطعام، ويذهب الفضلة التي على رأس المعدة، ويذهب بالحمى»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام : «كلوا الرمان، فليست فيه حبة تقع في المعدة، إلا أنارت القلب وأخرست الشيطان أربعين يوماً»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام : «الحمية رأس كل دواء، والمعدة بيت الداء، وعود بدئك ما تعود»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام في مضغ اللبان: «أنه يتزف بلغم المعدة وينظفها، ويشد العقل، ويمرئ الطعام»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبية: «من أراد أن لا تؤذيه معدته، فلا يشرب على طعامه ماء حتى يفرغ، ومن فعل ذلك (أي شرب الماء أثناء الطعام) رطب بدنه، وضمفت معدته، ولم تأخذ العروق قوة الطعام؛ فإنه يصير في المعدة فجأ (أي لا ينضج) إذا صب الماء على الطعام أولاً فأولاً»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٨٩، عن الفروع والمحاسن.

(٢) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.

(٣) صحيفة الرضا (ع): ص ٥٣.

(٤) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٠.

(٥) طب الأئمة لعبد الله شير: ص ٤٦٠.

(٦) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٣.

## الملح

• قال النبي ﷺ: «يا علي افتح طعامك بالملح، فإن فيه شفاء من سبعين داء، منها الجنون والجذام والبرص ووجع الحلق والأضراس ووجع البطن»<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ قال: «يا علي افتح بالملح، واختم بالملح، فإن فيه شفاء من اثنين وسبعين داء»<sup>(٢)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «إن الله وملائكته يصلون على خُوان (أي مائدة طعام) عليه ملح وخل»<sup>(٣)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «سيد إدامكم الملح»<sup>(٤)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «سيوشك أن تكونوا في الناس كالملح في الطعام، ولا يصلح الطعام إلا بالملح»<sup>(٥)</sup>.

• عن أمير المؤمنين عليه السلام: «ابدأوا بالملح في أول طعامكم، فلو يعلم الناس ما في الملح، لاختاروه على الترياق المجرب»<sup>(٦)</sup>.

«الترياق: هو الدواء الذي يمنع امتصاص السم من المعدة أو الأمعاء».

• عن الباقر عليه السلام: «أوحى الله تبارك وتعالى إلى موسى بن عمران عليه السلام: مُز قَوْمَكَ يَفْتَحُوا بِالْمَلْحِ وَيَخْتَمُوا بِهِ، وَإِلَّا فَلَا يَلُومُوا إِلَّا أَنْفُسَهُمْ»<sup>(٧)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٢٢.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٣٩٨، ووسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٢١.

(٣) البحار: ج ٦٦، ص ٣٠٤.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٣.

(٥) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣٠٩.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٢٠.

(٧) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٢٠.



• عن الباقر عليه السلام : «إن في الملح شفاء من سبعين نوعاً من أنواع الأوجاع. ثم قال عليه السلام : لو يعلم الناس ما في الملح ما تداووا إلا به»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام : «لدغت رسول الله ﷺ عقرب فنفضها، وقال : لعنك الله، فما يسلم منك مؤمن ولا كافر. ثم دعا بملح فوضعه على موضع اللدغة، ثم عصره (وفي رواية ذلك) بياهمام حتى ذاب. ثم قال : لو يعلم الناس ما في الملح ما احتاجوا معه إلى ترياق»<sup>(٢)</sup>.

- (أقول) :

إضافة إلى أن الملح هو مادة معقمة وربما تتحد مع سم العقرب، فإن وضع الملح على مكان اللدغة فإنه يعمل على سحب السم من داخل الجرح إلى خارجه وفق خاصة الضغط الحولي (الاسموزي) للأغشية، وهذا يقوم مقام مصّ الجرح لإخراج السم قبل توغله في الجسم.

• عن الصادق عليه السلام : «من ذرّ على أول لقمة من طعامه الملح، ذهب عنه بنمش الوجه»<sup>(٣)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «من بدأ بالملح أذهب الله تعالى عنه سبعين داء، أولها الجذام»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام : «عليكم بالملح، فإنه شفاء من سبعين داء، منها الجذام والبرص والجنون»<sup>(٥)</sup>.

• سأل الإمام الرضا عليه السلام أصحابه : «أي الإدام أجود؟ (وفي رواية : أمراً). فقال بعضهم : اللحم، وقال بعضهم : السمن، وقال بعضهم : الزيت. فقال : لا، هو الملح، خرجنا إلى نزهة لنا فتسي الغلام الملح (فذبحو لنا شاة من

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٠.

(٢) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٠.

(٣) الكافي: ج ٦، ص ٣٢٦.

(٤) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.

(٥) صحيفة الرضا (ع): ص ٧٨.

أسمن ما يكون) فما انتفعنا بشيء حتى انصرفنا»<sup>(١)</sup>.

\* قال النبي ﷺ لامرأة من بني غفار حين حاضت وأصاب رحله من دمها:  
«خذني إناء من ماء فاطرحي فيه ملحاً، ثم اغسلي به ما أصاب الحقيية من  
الدم»<sup>(٢)</sup>.

## الميتة

\* قال الباقر عليه السلام عن سبب تحريم الميتة: «أما الميتة، فإنه لم ينل أحد منها  
إلا ضعف بدنه، وأوهنت قوته، وانقطع نسله، ولا يموت أكل الميتة إلا  
فجأة...»<sup>(٣)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق: ص ١٨٩، ووسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٦٠ شبيهه.

(٢) سيرة ابن هشام: ج ٣، ص ٣٥٧.

(٣) أمالي الصدوق: ص ٥٢٩.

## حرف النون

### نانخواه

\* انظر (الكمون)

### الترجس

\* قال جالينوس: من كان له رغيقان، فليجعل أحدهما في ثمن الترجس، فإن الخبز غذاء البدن، والترجس غذاء الروح<sup>(١)</sup>.

\* زعموا: أن من قطع نظره على الترجس حالة المجامعة، تنعقد شهوته عقداً لا ينحل<sup>(٢)</sup>.

\* قال النبي ﷺ: «شموا الترجس، فما منكم إلا من له بين الصدر والفؤاد شعبة من برص أو جنون أو جذام، لا يذهبها إلا شم الترجس»<sup>(٣)</sup>.

\* عن النبي ﷺ: «شموا الترجس ولو في اليوم مرة، ولو في الأسبوع مرة، ولو في الشهر مرة، ولو في السنة مرة، ولو في الدهر مرة، فإن في القلب

(١) عجائب المخلوقات للقزويني، بذيل حياة الحيوان الكبرى للدميري: ج ٢، ص ١٩٧.

(٢) المصلى السابق.

(٣) عجائب المخلوقات، بذيل حياة الحيوان: ج ٢، ص ١٩٧.

حبة من الجنون والجذام والبرص، وشمه يقلعها»<sup>(١)</sup>.  
 \* عن الإمام علي عليه السلام: «تشمموا النرجس ولو مرة في العام، فإن في قلب الإنسان حالة لا يزيلها إلا النرجس».

## النساء (والمرأة)

- \* قال النبي صلى الله عليه وسلم: «إن إبليس يخطب شياطينه ويقول: عليكم باللحم والمسكر والنساء، فإني لا أجد جماع الشر إلا فيها»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن النبي صلى الله عليه وسلم: «حُبَّ إليَّ من دنياكم ثلاث: النساء والطيب وجعلت قرعة عيني في الصلاة»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن النبي صلى الله عليه وسلم: من صافح امرأة تحرم عليه، فقد باء بسخط الله عز وجل»<sup>(٤)</sup>.
- \* من وصية النبي صلى الله عليه وسلم لعلي عليه السلام قال: «من أطاع امرأته أكبه الله على وجهه في النار. فقال علي عليه السلام: وما تلك الطاعة؟ قال صلى الله عليه وسلم: يأذن لها في الذهاب إلى الحمامات والعرسات والنائحات ولبس الثياب الرقاق»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن أمير المؤمنين عليه السلام: «نهى النبي صلى الله عليه وسلم أن تخرج المرأة من بيتها بغير إذن زوجها، فإن خرجت لعنها كل ملك في السماء وكل شيء تمرز عليه من الجن والإنس، حتى ترجع إلى بيتها».
- \* ونهى صلى الله عليه وسلم أن تتزين لغير زوجها، فإن فعلت كان حقاً على الله عز وجل أن يحرقها بالنار.

(١) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٩.

(٢) البحار: ج ٦٢، ص ٢٩٣.

(٣) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٢٦٠.

(٤) مكارم الأخلاق: ص ٤٣٠.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ٤٣٨.

ونهى أن تتكلم المرأة عند غير زوجها وغير ذي محرم منها، أكثر من خمس كلمات مما لا بد لها منه<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «كل من اشتد لنا حباً، اشتد للنساء حباً وللحلواء»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «أربع من سنن المرسلين: السواك والحناء والطيب والنساء»<sup>(٣)</sup>.

## النساء الحوامل

• قال النبي ﷺ: «ما من امرأة حامله أكلت البطيخ إلا أن يكون مولودها حسن الوجه والخلق»<sup>(٤)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «أطعموا نساءكم الحوامل اللبن فإنه يزيد في عقل الصبي»<sup>(٥)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «أطعموا حبالاتكم السفرجل فإنه يحسن أخلاق أولادكم»<sup>(٦)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «أطعموا حبالاتكم اللبن فإن يكن في بطنها غلام خرج ذكي القلب، عالماً شجاعاً، وإن يكن جارية، حسن خلقها وخلقتها»<sup>(٧)</sup>.

---

(١) مكارم الأخلاق للطبرسي: ص ٤٢٥.

(٢) رمز الصحة للدهرقي: ص ١٧٨.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤١.

(٤) سفينة البحار: ج ١، ص ٣٤١.

(٥) سفينة البحار: ج ١، ص ٣٤١.

(٦) سفينة البحار: ج ١، ص ٣٤١.

(٧) سفينة البحار: ج ١، ص ٣٤١.

## النظافة

- قال النبي ﷺ : «بش العبد القاذورة»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ : «تنظفوا بكل ما استطعتم، فإن الله تعالى بنى الإسلام على النظافة، ولن يدخل الجنة إلا كل نظيف»<sup>(٢)</sup>.
- عن النبي ﷺ : «إن الإسلام نظيف فتنظفوا، فإنه لا يدخل الجنة إلا نظيف»<sup>(٣)</sup>.
- عن النبي ﷺ : «تخللوا فإنه من النظافة، والنظافة من الإيمان، والإيمان مع صاحبه في الجنة»<sup>(٤)</sup>.
- عن الإمام علي عليه السلام : «تنظفوا بالماء من الريح المتنته وتعهدوا أنفسكم، فإن الله يبخس من عبادته القاذورة الذي يتأفف به من جلس إليه»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «غسل الإناء، وكس الفناء، مجلبة للرزق»<sup>(٦)</sup>.

## النفس

- قال النبي ﷺ : «عليكم بالزيب، فإنه يكشف المرة، ويذهب بالبلغم، ويشد العصب، ويذهب بالاعياء، ويحسن الخلق، ويطيب النفس، ويذهب بالغم»<sup>(٧)</sup>.

(١) فروع الكافي: ج ٦، ص ٤٣٩.

(٢) كتر العمال حديث ٢٦٠٠٢.

(٣) كتر العمال حديث ٢٦٠٠٧.

(٤) رمز الصحة: ص ٥.

(٥) تحف العقول: ص ٧٨.

(٦) وسائل الشيعة: ج ٣، ص ٥٧١.

(٧) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٣٤٤.

(أقول): وقد وردت هذه الخصال مجتمعة لكل من الزيت والزبيب والعنب.

• عن الإمام علي عليه السلام: «كثرة الأكل والنوم، يفسدان النفس، ويجلبان المضرة»<sup>(١)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «عليكم بالزيت، فإنه يكشف المرة... ويحسن الخلق ويطيب النفس ويذهب بالغم»<sup>(٢)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «بني الجسد على أربعة أشياء: على الروح والعقل، والدم والنفس، فإذا خرج الروح تبعه العقل، وإذا رأى الروح شيئاً حفظه عليه العقل، وبقي الدم والنفس»<sup>(٣)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «العنب يشدّ العصب، ويذهب الغضب، ويطيب النفس»<sup>(٤)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «الزبيب يشدّ القلب، ويذهب المرض، ويطفئ الحرارة، ويطيب النفس»<sup>(٥)</sup>.

• قال العالم (أي الإمام الكاظم) عن خلق الإنسان: «... وخلقه بنفس وجسد وروح؛ فروحه التي لا تفارقه إلا بفراق الدنيا، ونفسه التي يرى بها الأحلام والمقامات، وجسمه هو الذي يبلى ويرجع إلى التراب»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) مستدرک الوسائل: ج ٣، ص ٨١.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٩٠.

(٣) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٢٦.

(٤) طب الصادق (ع): ص ٧٠.

(٥) مكارم الأخلاق: ص ١٧٥.

(٦) الخصائص للمفيد: ص ١٤٣؛ عن البحار: ج ١٤، ص ٤٦١.

## تأثيرات الصفات الجسمية على الصفات (النفسية)

\* عن الإمام علي عليه السلام: «الطرش في الكرام، والهَوَج في الطوال، والكَيْس في القصار، والنبيل في الربعة، وحسن الخلق في الحَوْل، والكِبَر في العمور، والبَهْت في العميان، والذكاء في الخُزْس»<sup>(١)</sup>.

### النُقُرس

تعريفه:

داء يأخذ في الرجل، وهو ورم يحدث في مفاصل القدم، وفي إبهامها أكثر.

وفي القاموس: النقرس ورم أو وجع في مفاصل الكعبين وأصابع الرجلين.

الروايات:

\* عن النبي صلى الله عليه وآله وسلم قال عن التين: «فإنها تقطع البواسير، وتنفع من النقرس»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الرضا عليه السلام: «لا تقربوا النساء من أول الليل... إذ يتولد منه القولنج والفالج واللقوة والنقرس والحصاة...»<sup>(٣)</sup>.

(١) الحكمة ٤٦٩، في آخر شرح النهج لابن أبي الحديد.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٧٣.

(٣) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٧.



## النمل

- \* لطرّد النمل تَدَقَّ الكراويا وتلقّيه في جحر النمل<sup>(١)</sup>.
- \* قال القزويني في عجائب المخلوقات:  
من خواص الكمون أن النمل تهرب من رائحته.

## النورة (والطلاء)

### كيفية عمل النورة للاطلاء:

تعمل النورة لطلي الجسم في الحمام لازالة شعر البدن. يؤخذ من الكلس جزأين، ومن الزرنينج جزء، يخلطان بالماء ويتركان في الحمام بقدر ما ينضج المزيج وتشتد زرقته. ثم يطلى به البدن، ويجلس مدة ريشما يتم تأثيره، ولا يمسّ بماء. ثم يغسل فتزول النورة والشعر، ويطلّى مكانها بالحناء لازالة حماوتها.

وكان النبي ﷺ إذا اطلّى بدأ بعورته فطلاها بالنورة، ثم سائر جسده<sup>(٢)</sup>.

### الروايات:

- \* إن أول من دخل الحمام، وصنعت له النورة: سليمان بن داود عليه السلام<sup>(٣)</sup>.

(١) طب الأئمة (ع): ص ١٤٠.

(٢) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣١٢ و ٣١٣.

(٣) الطب النبوي لابن قيم الجوزية: ص ٣١٢.

• جاء رجل إلى النبي ﷺ يشكو كثرة الجماع، فأمره أن يتزوج امرأة ثانية فلم يستفد، فقال ﷺ: «لعلك تكثر الأطلاء؟» قال: نعم. قال: فأقلّ طلاءك يقل جماعك<sup>(١)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «أحبّ للمؤمن أن يطلي في كل خمسة عشر يوماً مرة بالنورة»<sup>(٢)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «النورة مشدّة للبدن، وطهور للجسد»<sup>(٣)</sup>.

• عن النبي ﷺ: «من كان يؤمن بالله واليوم الآخر فلا يترك حلق عانته فوق الأربعين [يوماً]، فإن لم يجد فليستقرض بعد الأربعين ولا يؤخر»<sup>(٤)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «السنة في النورة في كل خمسة عشر يوماً، فمن أتت عليه عشرون يوماً فليستدني الله تعالى وليتنوّر، ومن أتت عليه أربعون يوماً ولم يتنوّر فليس بمؤمن ولا مسلم ولا كرامة»<sup>(٥)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «ثلاث لا يؤكلن ويسمن، وثلاث يؤكلن ويهزلن. فأما اللواتي لا يؤكلن ويسمن، فالنورة والطيب ولبس الكتان...»<sup>(٦)</sup>.

• عن الكاظم عليه السلام: «أربع من أخلاق الأنبياء: التطيب والتنظف وحلق الجسد بالنورة وكثرة الطروقة»<sup>(٧)</sup>.

(١) العقد الفريد: ج ٧، ص ٢٧٢.

(٢) تحف العقول: ص ٨٨.

(٣) تحف العقول: ص ٧٢.

(٤) روضة الواعظين لابن الفثال النيسابوري: ص ٣٠٩.

(٥) المصدر السابق.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٦، ص ٥٤١.

(٧) مكارم الأخلاق: ص ٤٠.

## النوم

### فائدة:

من خاف الأرق فليأكل ملعقتين من العسل مع ملعقة من خل التفاح، فإنه يساعد على النوم. ومزيج العسل والخل مع الماء والسكر يجعل كشراب، هو (السكنجبين) وهو منشط عام للجسم.

• قال بعض الجواريين: أجمع رأي سبعين صديقاً أن كثرة النوم من كثرة شرب الماء<sup>(١)</sup>.

• أقبل رجل على النبي ﷺ فقال: يا رسول الله، إني كنت في الجاهلية ذا فطنة وذا ذهن، وأنكرت نفسي في الإسلام! فقال له: «أكنت تنام في القائلة؟ قال: نعم. قال: فعُدْ إلى ما كنت عليه من نوم القائلة»<sup>(٢)</sup>.

• من وصية النبي ﷺ لعلي عليه السلام قال: «يا علي، النوم أربعة: نوم الأنبياء على أفقيتهم، ونوم المؤمنين على أيمانهم، ونوم الكفار والمنافقين على أيسارهم، ونوم الشياطين على وجوههم»<sup>(٣)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «النوم على أربعة أصناف: الأنبياء تنام على أفقيتها مستلقية... والمؤمن ينام على يمينه مستقبل القبلة، والملوك وأبناؤها على شمائلها ليستمرنوا ما يأكلون، وإبليس وإخوانه... ينامون على وجوههم منبطحين»<sup>(٤)</sup>.

• عن الإمام علي عليه السلام: «لا ينام الرجل على وجهه، ومن رأيتموه نائماً على وجهه فأنبهوه ولا تدعوه»<sup>(٥)</sup>.

(١) آداب النفس للعيناثي: ص ١٩٠.

(٢) المقد الفريد: ج ٦، ص ٢٧٤.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤٤٠.

(٤) البحار: ج ٧٦، ص ١٨٦.

(٥) الخصال: ج ٢، ص ٦١٣.

- عن الباقر عليه السلام : «النوم أول النهار خرق، والقائلة (أي بعد الظهر) نعمة، والنوم بعد العصر حمق، والنوم بين العشاءين يحرم الرزق»<sup>(١)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «من تطهر ثم أوى إلى فراشه، بات وفراشه كمسجده، فإن ذكر أنه على غير وضوء فليتييم من دثاره كائنًا ما كان، فإن فعل ذلك لم يزل في الصلاة وذكر الله عز وجل»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «النوم راحة الجسد...»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «الاستلقاء بعد الشبع، يستن البدن، ويمرء الطعام، ويسل الداء»<sup>(٤)</sup>.
- روي عن أبي الحسن الكاظم عليه السلام : «إن المرء إذا نام، فإن روح الحيوان باقية في البدن، والذي يخرج منه روح العقل»<sup>(٥)</sup>.
- عن الرضا عليه السلام : «أطعموا مرضاكم السلق (يعني ورقه) فإن فيه شفاء، ولا داء معه ولا غائلة له، يهدىء نوم المريض...»<sup>(٦)</sup>.
- وقال الإمام الرضا عليه السلام للمأمون في (الرسالة المذهبية): «واعلم يا أمير المؤمنين أن النوم سلطان الدماغ، وهو قوام الجسد وقوته، فإذا أردت النوم فليكن اضطجاعك أولاً على شقك الأيمن، ثم انقلب على الأيسر. وكذلك فقم من مضجعك على شقك الأيمن كما بدأت به عند نومك»<sup>(٧)</sup>.
- وفيها: «ومن أراد أن يستمرء طعامه «أي يسهل هضمه» فليتكئ بعد الأكل على شقه الأيمن، ثم ينقلب بعد ذلك على شقه الأيسر، حتى ينام»<sup>(٨)</sup>.

(١) طب الأئمة لعبد الله شير: ص ٣٧٧.

(٢) البحار: ج ٧٦، ص ١٨٢.

(٣) مجالس الصدوق.

(٤) بحار الأنوار للمجلسي، وطب الصادق (ع): ص ٨١.

(٥) البحار: ج ٦١، ص ٤٣.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥٧، عن فروع الكافي.

(٧) البحار: ج ٦٢، ص ٣١٦.

(٨) البحار: ج ٦٢، ص ٣٢٥.

## حرف الهاء

### الهرم

\* عن أسامة بن شريك، قال: كنت عند النبي ﷺ وجاءت الأعراب، فقالوا: يا رسول الله أنتداوى؟ فقال: «نعم، يا عباد الله، تداووا، فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له شفاء، غير داء واحد.

قالوا: ما هو؟ قال: الهرم»<sup>(١)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «الهم نصف الهرم»<sup>(٢)</sup>.

\* عن الإمام علي عليه السلام: «الهم أحد الهرمين»<sup>(٣)</sup>.

\* عن الصادق عليه السلام: «أربعة تهرم قبل أوان الهرم: أكل القديد، والقعود على النداة، والصعود في الدرج، ومجاعة المعجوز»<sup>(٤)</sup>.

(١) مسند أحمد بن حنبل.

(٢) البحار: ج ٧٨، ص ٥٣.

(٣) غرر الحكم للآمدي.

(٤) البحار: ج ٧٨، ص ٢٣٠.

## الهريسة

### تعريفها:

هي قمح مطبوخ مع اللحم، وسميت بالهريسة لأن الحب المستخدم فيها يهرس قبل الطبخ.

### الروايات:

- قال النبي ﷺ: «أتاني جبرئيل فأمرني بأكل الهريسة، ليشدد ظهري، وأقوى بها على عبادة ربي»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «ضعفتُ عن الصلاة والجماع فنزلت علي قدر من السماء فأكلت منها فزاد في قوتي قوة أربعين رجلاً في البطش والجماع، وهو الهريس»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «إن نبياً من الأنبياء شكى إلى الله الضعف وقلة الجماع، فأمره بأكل الهريسة»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام أن رسول الله ﷺ شكى إلى ربه وجع الظهر، فأمره بأكل الحب مع اللحم، يعني الهريسة»<sup>(٤)</sup>.

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٠.

(٢) هيون أخبار الرضا (ع): ج ٢، ص ٣٦.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٤٩.

(٤) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ٥٠.

## الهضم

- \* قال النبي ﷺ : «إن هذا جبرئيل عليه السلام يخبرني أن في التمر تسع خصال: يطيب النكهة، ويطيب المعدة ويهضم الطعام...»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الباقر عليه السلام : «ما أعظم بركة السوق، إذا شربه الإنسان على الشيع أمرأ، وهضم الطعام، وإذا شربه الإنسان على الجوع أشيعه. ونعم الزاد في السفر والحضر السوق»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «الفجل، أصله يقطع البلغم، ولبه يهضم، وورقه يحدو البول تحديراً»<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام : «كل الفجل فإن فيه ثلاث خصال: ورقه يطرد الريح، ولبه يسهل البول والهضم، وأصوله تقطع البلغم»<sup>(٤)</sup>.
- \* روى الإمام علي الرضا عليه السلام في الماء البارد: «إنه يطفىء الحرارة، ويسكن الصفراء، ويهضم الطعام»<sup>(٥)</sup>.
- \* عن الرضا عليه السلام : «ما عطس عاطس إلا هُضم له طعامه، أو تجشأ إلا مرىء طعامه»<sup>(٦)</sup>.

---

(١) البحار: ج ٦٢، ص ١٠٧، عن المحاسن للبرقي.  
 (٢) طب الأئمة: ص ٦٧.  
 (٣) مكارم الأخلاق: ص ١٨٢.  
 (٤) فروع الكافي: ج ٦، ص ٣٧١.  
 (٥) فقه الرضا (ع): ص ٣٤٦.  
 (٦) فقه الرضا (ع): ص ٣٩١.

## الهليلج

### تعريفه:

شجر ينبت في الهند وكابل والصين، ثمره على هيئة حب الصنوبر الكبار، ومنه جاء الشكل الاهليلجي أي البيضوي.

وهو أصناف كثيرة، منه الأصفر الفج، ومنه الأسود الهندي، وهو البالغ الناضج وهو أسمن، ومنه الكابلي وهو أكبر الجميع، ومنه الصيني وهو دقيق خفيف. أجوده الأصفر الشديد الصفرة الضارب إلى الخضرة، الوزين المحتلئ الصلب.

### فوائده:

وقال ابن سينا: كل أنواعه تطفئ المرة، وتفيد من الجذام، والكابلي ينفع الحواس، ويزيد في الحفظ والعقل، وينفع من الصداع<sup>(١)</sup>.

وقال الرازي في (الحاوي): ويقوي الحواس، ويزيد في الحفظ والذهن<sup>(٢)</sup>.

---

(١) القانون لابن سينا: ص ٦٥.

(٢) مجموعة الآثار للإمام الرضا (ع): ج ١، ص ٤٠٧.



## الروايات:

- \* قال النبي ﷺ : «عليكم بالهيلج الأسود فإنه من شجر الجنة، طعمه مرّ، وفيه شفاء من كل داء»<sup>(١)</sup>.
- \* عن الحسين عليه السلام : «لو علم الناس ما في الهيلج الأصفر، لاشتروها بوزنها ذهباً».
- وقال عليه السلام لرجل من أصحابه: «خذ هيلجة صفراء، وسبع حبات فلفل، واسحقها وانخلها، واكتحل بها»<sup>(٢)</sup>.
- \* عن الصادق عليه السلام عن السنا: «ويؤخذ مع الزبيب الأحمر الذي لا نوى له، ويجعل معه هيلج كابلي أصفر وأسود، أجزاء سواء». (راجع السنا)<sup>(٣)</sup>.
- \* عن الكاظم عليه السلام : «اقتصروا على سيد هذه الأدوية (يقصد للحمي): الهيلج والرازيانج والسكر...»<sup>(٤)</sup>.
- \* عن الإمام الرضا عليه السلام في الرسالة المذهبية: «ومن أراد أن يزيد في عقله، يتناول كل يوم ثلاث هيلجات بسكر أبلوج»<sup>(٥)</sup>.

## الهم

### \* راجع (الغم)

- 
- (١) البحار: ج ٦٢، ص ٣٠٠.
  - (٢) طب الأئمة (ع): ص ٨٦.
  - (٣) مكارم الأخلاق: ص ٢١٤.
  - (٤) طب الأئمة: ص ٥٠.
  - (٥) البحار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٣٢٤.

## الهندباء

### تعريفها:

بقلة زراعية حولية من الفصيلة المركبة، يطبخ ورقها، أو يجعل سلطة مثل الخس. وهي نوعان: بري وبستاني، ومنها عريض الورق ودقيق الورق.

### فوائدها:

تستعمل الهندباء كمادة فاتحة للشهية بسبب احتوائها على مواد مرة، كما أن خلاصة النبات المرة تبدي خواصاً قاتلة للجراثيم وتقوي المعدة. وتستعمل الهندباء المرة كمنشط للجهاز الهضمي ومفرزة للصفراء، وفي حالات الإمساك المزمن، وتفيد في حالات فقر الدم، واضطرابات الأمعاء، وتشمع الكبد.

ويستعمل كامل النبات - في الطب الصيني داخلاً - لنزع تأثير السم ومدراً للحليب، كما يستعمل عصير الأوراق في الأمراض الجلدية، والمغلي عند الرشوحات.

وينصح باستعمال الهندباء المرة في الغذاء، خاصة وأنها تحتوي على مجموعة فيتامين B وبروتينات سهلة الهضم، عدا عن احتوائها على المواد المرة وأملح الحديد والفسفور والكالسيوم، مما أعطاها قيمة غذائية عالية. كما تستعمل ممزوجة مع القهوة - أو بديلاً للقهوة - للتخلص من الآثار الجانبية للكافئين<sup>(١)</sup>.

(١) النباتات الطبية واستعمالاتها للدكتور محمد المودات ١٩٨٧، ج ١، ص ٦٨ و ١٦٢.

قال ابن سينا في (القانون) :

وهي تجري مجرى الخس، لكنها دونه في الخصال كما قالوا. وعندني أنها تفوقه في التفتيح وسَدَد الكبد، وإن قَصُر عنه في التغذية والتطفية. وأنفعها للكبد أمرها. فهي علاج أكيد فعال للكبد وحصوات المرارة والتهاب الكيس الصفراوي.

وأجودها الحديثة الرطبة الغذائية البستانية، وأجودها الشامية وتسمى «انطوليا»<sup>(١)</sup>.

### الروايات:

- عن النبي ﷺ : «كلوا الهندباء ولا تنفضوه، فإنه ليس يوم من الأيام إلا وقطرات من الجنة يقطرن عليه»<sup>(٢)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «أكل الهندباء شفاء من كل داء. ما من داء في جوف ابن آدم إلا قمعه الهندباء»<sup>(٣)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «عليك بالهندباء فإنه يزيد في الماء ويحسن الولد، وهو حار لين يزيد في الولد الذكور»<sup>(٤)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام قال: «بقلة رسول الله ﷺ الهندباء، وبقلة أمير المؤمنين عليه السلام الباذروج (وهي الحوك)، وبقلة فاطمة عليها السلام الفرفخ (وهي الرجلة)»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام : «من بات وفي جوفه سبع طاقات من الهندباء، أمن من

(١) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٢١٦.

(٢) البحار: ج ٦٦، ص ٣٢٠، عن الفردوس.

(٣) الكافي: ج ٦، ص ٣٦٣.

(٤) البحار: ج ٦٢، ص ٢١٥، عن الكافي: ج ٦، ص ٣٦٣.

(٥) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٤٢، عن فروع الكافي والمحاسن للبرقي.

القولنج ليلته تلك إن شاء الله»<sup>(١)</sup>.

• عن الصادق عليه السلام: «أربعة يعدلن الطباع: الرمان السوراني، والبسر المطبوخ، والبنفسج، والهندباء»<sup>(٢)</sup>.

• عن حنّان بن سدير، قال: كنت مع أبي عبد الله عليه السلام على المائدة، فملت على الهندباء. فقال لي: «يا حنّان لم لا تأكل الكراث؟ فقلت: لما جاء عنكم من الرواية في الهندباء. قال: وما الذي جاء عنا فيه؟ فقلت: إنه يُقَطَّر عليه من الجنة في كل يوم...»<sup>(٣)</sup>.

• عن محمد بن الفيض قال: تغذيت مع الإمام الصادق عليه السلام وعلى الخوان بقل، ومعنا شيخ، فجعل يتكب الهندباء (أي يتنحى عنها). فقال له الإمام عليه السلام: «أما إنكم تزعمون أنها باردة وليس كذلك، وإنما هي معتدلة، وفضلها على البقول كفضلنا على الناس»<sup>(٤)</sup>.

• عن محمد بن أبي بصير عن أبيه عن الصادق عليه السلام، قال: «شكوت إليه هيجاناً في رأسي وأضراسي، وضرباناً في عيني حتى تورم وجهي منه، فقال عليه السلام: عليك بهذا الهندباء، فاعصره وخذ ماءه، وصب عليه من هذا السكر الطبرزد، وأكثر منه، فإنه يسكنه ويدفع ضرره، قال: فانصرفت إلى منزلي فعالجته من ليلتي قبل أن أنام وشربته ونمت عليه، فأصبحت وقد عوفيت بحمد الله ومَنّه»<sup>(٥)</sup>.

• عن الرضا عليه السلام: «عليكم بأكل بقلة الهندباء، فإنها تزيد في المال والولد، ومن أحب أن يكثر ماله وولده الذكور فليدمن أكل الهندباء»<sup>(٦)</sup>.

• عن محمد بن إسماعيل قال: سمعت الرضا عليه السلام يقول: «إن في الهندباء

(١) بحار الأنوار للمجلسي: ج ٦٢، ص ٢١٥، عن الكافي: ج ٦، ص ٣٦٢.

(٢) الخصال للصدوق: ج ١، ص ٢٤٩.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٥١، عن الفروع والمحاسن.

(٤) الكافي: ج ٦، ص ٣٦٣.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ١٣٨.

(٦) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٤٢، عن المحاسن للبرقي.

شفاء من ألف داء . ما من داء في جوف الإنسان إلا قمعه الهندباء .

قال : ودعا به يوماً لبعض الحشم ، وقد كان يأخذه الحمى والصداع ، فأمر أن يدق ، ثم صبره على قرطاس ، وصب عليه دهن البنفسج ، ووضعه على رأسه ، ثم قال : «أما إنه يجمع الحمى ويذهب بالصداع»<sup>(١)</sup>.

\* روي عن بعض الصالحين أنه قال : «صعب عليّ بعض الأحيان القيام لصلاة الليل ، وكان أحزنني ذلك ، فرأيت صاحب الزمان (عج) في النوم ، وقال لي : عليك بماء الهندباء ، فإن الله يسهل ذلك عليك !  
قال : فأكثر من شربه ، فسهل عليّ ذلك»<sup>(٢)</sup>.

---

(١) وسائل الشيعة: ج ١٧ ، ص ١٤٤ ، عن فروع الكافي .

(٢) الدعوات لقطب الدين الراوندي .

## حرف الواو

### الورد (وماء الورد)

- عن علي عليه السلام : «إن ماء الورد يزيد في ماء الوجه وينفي الفقر»<sup>(١)</sup>.
- عن الحسن عليه السلام قال: «جاني النبي ﷺ بكلتا يديه بالورد، وقال: هذا سيد ريحان أهل الدنيا والآخرة»<sup>(٢)</sup>.
- عن الحسن بن منذر يرفعه قال: من أراد أن يشم رائحة النبي ﷺ فليشم الورد<sup>(٣)</sup>.

### الولد

#### توضيح:

المقصود بحسن الولد في الروايات، أن يأتي الولد حسناً في خلقته وأخلاقه.

(١) مكارم الأخلاق: ص ٤٤.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ٤٥.

(٣) مكارم الأخلاق: ص ٤٥، عن طب الأئمة (ع).

## الروايات:

- قال النبي ﷺ: «أولادنا أكبادنا، صفراؤهم أمراؤنا، كبراؤهم أعداؤنا، فإن عاشوا فتنونا، وإن ماتوا حزنونا»<sup>(١)</sup>.
- عن النبي ﷺ: «كلوا السفرجل وتهادوه بينكم... وأطعموه حبالكم، فإنه يحسن أولادكم (وفي رواية) يحسن أخلاق أولادكم»<sup>(٢)</sup>.
- عن أمير المؤمنين عليه السلام: «أكل السفرجل قوة للقلب الضعيف... ويحسن الولد»<sup>(٣)</sup>.
- عن أمير المؤمنين عليه السلام: «أطعموا صبيانكم الرمان، فإنه مسرع لألستهم»<sup>(٤)</sup>.
- عن الباقر عليه السلام: «من عَدِم الولد، فليأكل البيض وليكثر منه، فإنه يكثر النسل»<sup>(٥)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «عليك بالهندباء، فإنه يزيد في الماء، ويحسن الولد، وهو حار لَين، يزيد في الولد الذكور»<sup>(٦)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «من أكل سفرجلة على الريق، طاب ماؤه وحسن ولده»<sup>(٧)</sup>.
- عن الصادق عليه السلام: «الشبق يقتضي الجماع الذي فيه دوام النسل وبقاؤه... ولو كان (أي الشخص) إنما يتحرك للجماع بالرغبة في الولد، كان غير بعيد

(١) البحار: ج ١٠٤، ص ٩٧.

(٢) مكارم الأخلاق: ص ١٧١، وص ١٧٢.

(٣) وسائل الشيعة: ج ١٧، ص ١٢٩، عن الفروع والمحاسن.

(٤) طب الأئمة (ع) لشير: ص ٤١٢.

(٥) طب الأئمة (ع): ص ١٣٠.

(٦) طب الأئمة (ع): ص ١٣٠.

(٧) وسائل الشيعة للحر العاملي: ص ٣٠١.

أن يفتر عنه حتى يقل النسل أو ينقطع . فإن من الناس من لا يرغب في الولد ولا يحفل به<sup>(١)</sup> .

• عن الكاظم عليه السلام : «كسر رسول الله ﷺ سفرجلة . وأطعم جعفر بن أبي طالب عليه السلام ، وقال له : كل فإنه يصفي اللون ، ويحسن الولد»<sup>(٢)</sup> .

• عن الكاظم عليه السلام : «كثرة أكل البيض تزيد في الولد»<sup>(٣)</sup> .

• عن الرضا عليه السلام : «عليكم بأكل بقلة الهندباء ، فإنها تزيد في العالد والولد ، ومن أحب أن يكثر ماله وولده فليدمن أكل الهندباء»<sup>(٤)</sup> .

---

(١) دراسات في علم النفس الإسلامي للدكتور محمود البستاني ، ط ٢ ، ج ٢ ، ص ٢٤٥ ، عن البحار .

(٢) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ١٣١ .

(٣) البحار : ج ٦٢ ، ص ٥٨ ، عن الفروع والمحسن .

(٤) وسائل الشيعة : ج ١٧ ، ص ١٤٢ ، عن المحاسن للبرقي .



## حرف الياء

### اليقطين

\* راجع (القرع)

انتهى كتاب (طب المعصومين)  
والحمد لله رب العالمين

## الفهرس

<p>٤٩ ..... البصرة</p> <p>٥١ ..... البصر</p> <p>٥٣ ..... البصل</p> <p>٥٥ ..... البطن ووجع البطن</p> <p>٥٧ ..... البطيخ</p> <p>٦٠ ..... بقلة فاطمة (الرجلة - الفرفخ)</p> <p>٦٢ ..... البقل والبقول</p> <p>٦٣ ..... البكاء</p> <p>٦٤ ..... البلغم</p> <p>٦٧ ..... البلوغ</p> <p>٦٧ ..... البنفسج</p> <p>٧٠ ..... البهق</p> <p>٧٠ ..... البواسير</p> <p>٧٣ ..... البول</p> <p>٧٤ ..... البيض</p> <p style="text-align: center;"><b>حرف القاء</b></p> <p>٧٧ ..... تآزر المواد في تأثيرها</p> <p>٧٩ ..... تنافر المواد والأطعمة</p> <p>٧٩ ..... التجشؤ</p> <p>٨٠ ..... تخليل الأسنان</p> <p>٨١ ..... الضاح</p> <p>٨٤ ..... النمر (الرطب)</p> <p>٩٠ ..... التين</p> <p style="text-align: center;"><b>حرف القاء</b></p> <p>٩٣ ..... الثوم</p> <p style="text-align: center;"><b>حرف الجيم</b></p> <p>٩٥ ..... الجين</p> <p>٩٦ ..... الجذام</p> <p>٩٨ ..... الجزر</p> <p>٩٩ ..... الجلد</p> <p>١٠٠ ..... الجماع (الباء)</p>	<p>٥ ..... المقدمة</p> <p>٨ ..... من أسباب تعارض الأخبار</p> <p>٩ ..... مصادر طب أهل البيت (ع)</p> <p>١٣ ..... من وصي القرآن الكريم</p> <p>١٧ ..... الطب في الاسلام</p> <p>١٨ ..... الأوزان الطبية القديمة</p> <p style="text-align: center;"><b>حرف الالف</b></p> <p>١٩ ..... الأثرنج</p> <p>٢١ ..... الإثمد (الكحل)</p> <p>٢٢ ..... الإجامص</p> <p>٢٣ ..... الأذن</p> <p>٢٤ ..... الأرز</p> <p>٢٥ ..... خبز الأرز</p> <p>٢٦ ..... الإسهال - الأسنان</p> <p style="text-align: center;"><b>فصل في الأكل</b></p> <p>٢٧ ..... الاعتدال في الطعام</p> <p>٣١ ..... آداب الأكل والمائدة</p> <p>٣٣ ..... التسمية قبل الطعام</p> <p>٣٤ ..... أكل نثاره المائدة</p> <p>٣٥ ..... قلة الأكل</p> <p>٣٧ ..... كثرة الأكل (البطنة والنخمة)</p> <p>٤٠ ..... إدخال الطعام على الطعام</p> <p style="text-align: center;"><b>حرف الباء</b></p> <p>٤٣ ..... البادروج - الباذنجان</p> <p>٤٥ ..... قوة الباء</p> <p>٤٥ ..... البخر</p> <p>٤٦ ..... البخور</p> <p>٤٦ ..... البرد</p> <p>٤٦ ..... داء البرسام</p> <p>٤٧ ..... البرص (البياض)</p> <p>٤٨ ..... البركة</p> <p>٤٩ ..... البئر</p>
--	--

حرف الدال	الجناية	١٠٧
الداء والدواء	الجنون	١٠٨
الأدوية المركبة	الجوز	١٠٨
النزاج	الجوع (والشبع)	١٠٩
الدم	حرف الحاء	
الدماغ	حبة البركة (الشونيز)	١١١
الدخن والإدخان	الحجامة	١١٥
الدواء - الديدان	الحراة والبرودة	١١٨
الديك	الحرام والحلال	١٢٠
	الحرم	١٢٠
حرف الذال	الحزقة - الحصاة في الكلى	١٢٢
الذباب	الحفظ وقوة الذاكرة	١٢٣
العضو المذكور	الحقنة	١٢٧
حرف الراء	الحلبة	١٢٧
الرأس	حلق الشعر	١٢٨
الراحة	الحلواء - الحليب	١٣٠
الرازيانج	الحصى	١٣٠
الربو - الرجل	الحمص	١٣٤
الرضاعة	الحمائم	١٣٥
الرطب - الرعاف	الحمية	١٣٦
الرمان	الحنطة	١٣٧
الرمم	الحنظل	١٣٩
الروح	الحياة وطول الحياة	١٤٠
الريح والرياح	الحيش والطمش - الحوك	١٤١
الريحان والرياحين	حرف الخاء	
الريحان الجبلي (البافروج - الحوك)	الخبز	١٤٣
حرف الزاي	الختان - الختم	١٤٥
الزبدة	الخس	١٤٦
الزبيب	الخضاب - الخطمي	١٤٨
الزحير	الخل	١٤٩
الزهر	خل التفاح	١٥١
الزكام	الخلال	١٥٣
الزنا	الخلق	١٥٣
الزنيق (الباسمين)	الخمر والمسكرات	١٥٤
الزواج	الخنزير ولحمه	١٥٧
الزيت والزيتون	الخولنجان	١٥٧
حرف السين	الخيار	١٥٨
الشدر	الخيري ودعته	١٥٨

٢٥٩	وصايا طبية
	طبيب العرب الحارث بن كلدة، ومحاوَرته
٢٥٩	مع كسرى
٢٦٠	حديث يقيم عن الطب
٢٦٣	طبائع البدن: طب جالينوس
٢٦٤	الطبائع الأربع للإمام الصادق (ع)
٢٦٦	علم المأمون بالطب
٢٦٨	الطعام
٢٧٠	الطبيب
٢٧١	الطين

#### حرف الظاء

٢٧٣	الظفر والأظافر
-----	----------------

#### حرف العين

٢٧٧	العدس
٢٧٨	العدوى
٢٨٠	العروق
٢٨٠	العسل
٢٨٧	العصب - العطاس
٢٨٧	العظم
٢٨٨	مخ العظم
٢٨٨	العفة
٢٨٩	العقل
٢٩١	التختم بالعقيق
٢٩٣	العقيقة
٢٩٤	العنب
٢٩٥	العناب
٢٩٦	العين
٢٩٨	الإصابة بالعين

#### حرف الحين

٣٠١	الغُبيرة
٣٠٢	الفصل - النغم والهم

#### حرف الفاء

٣٠٤	الفاكهة
٣٠٥	الفالج
٣٠٦	الفجل

٢١١	الغذاب
٢١٣	السمال
٢١٣	الشُد
٢١٥	السحوط (النشوق)
٢١٦	الفرجل
٢٢٠	السكر الطبرزد
٢٢١	قصب السكر
٢٢٢	السلق
٢٢٣	السم
٢٢٤	السمسم - السمع
٢٢٥	السمك
٢٢٦	السن
٢٢٧	السن والأسنان
٢٢٨	السناسكي
٢٣٠	السواك
٢٣٣	السويق

#### حرف اللشين

٢٣٧	الشحم
٢٣٨	الشمر
٢٣٩	خبز الشمير
٢٤٠	ماء الشمير
٢٤١	الشقيقة
٢٤١	الشَمَر
٢٤٢	نور الشمس
٢٤٣	الشهوة والاشتهاه
٢٤٤	الشيب

#### حرف الصاد

٢٤٥	الصُّبْر
٢٤٦	صحة البدن
٢٤٩	الصداع
٢٥٣	الصدر والنزلة الصدرية
٢٥٣	الصعتر
٢٥٣	الصفراء (المِرّة)
٢٥٤	الصيام

#### حرف الطاء

٢٥٧	علم الطب
-----	----------

٣٦١	المثانة	٣٠٧	القم - القول
٣٦١	المحرمات والمكروهات		حرف القاف
٣٦٤	المخدرات	٣٠٩	القضاء والخيار
٣٦٥	المرأة	٣١١	الاستشفاء بالقرآن
٣٦٥	المرّة السوداء	٣١٢	القرع والبقطين
٣٦٦	المرق	٣١٣	القرنفل
٣٦٧	المسكرات	٣١٥	القسط
٣٦٧	المشط والامشاط	٣١٦	القلب
٣٦٨	المعى والأمعاء	٣١٨	القمح والبخضور
٣٦٨	المعدة	٣٢٠	القولنج
٣٧١	الملح	٣٣١	القي
٣٧٣	المينة		حرف الكاف
	حرف النون	٣٢٢	الكبد
٣٧٤	ناتخواه	٣٢٣	الكحل والاكتمال
٣٧٤	الرجس	٣٢٤	الكراث
٣٧٥	النساء والمرأة	٣٢٦	الكرفس
٣٧٦	النساء الحوامل	٣٢٧	الكزبرة
٣٧٧	النظافة	٣٢٨	الكلية
٣٧٧	النفس	٣٢٨	الكمأة
٣٧٩	تأثير الصفات الجسمية على الصفات النفسية	٣٣٠	الكمون
٣٧٩	التقرس	٣٣٢	الكمثرى
٣٨٠	النمل	٣٣٢	الكنندر
٣٨٠	النورة والطلاء	٣٣٢	الكي
٣٨٢	النوم		حرف اللام
	حرف الهاء	٣٣٣	اللبان (البخور) والكنندر
٣٨٤	الهرم	٣٣٩	اللبن والحليب
٣٨٥	الهرمة	٣٤١	اللثة
٣٨٦	الهضم	٣٤٢	اللحم
٣٨٧	الهليلج	٣٤٩	لحم الكباب
٣٨٨	الهم	٣٤٩	اللثة
٣٨٩	الهندباء	٣٥١	اللفت
	حرف اللواو		حرف الميم
٣٩٣	الورد وماء الورد	٣٥٢	الماء وشربه
٣٩٣	الولد	٣٥٨	ماء الرجل
	حرف الياء	٣٦٠	الماش
٣٩٦	اليقطين		